永樂大典

第22冊

永乐大典·22

明·解缙

一万一千六百十九卷

永乐大典卷之一万一千六百十九　　十四巧

原藏美国国会图书馆

老　寿亲养老书三

【寿亲养老新书】：堂上慈亲八十余，阶前儿辈戏相呼。旨甘取足随丰俭，此乐人间更有无。康节翁诗。先人怡轩居士，奉八十有三之母，大书屏间，时应紫方垂髫也。既壮，挟册从宜春通守邹爰，官游爰山，爰其母施及塾宾所至。令应紫侍七衮之母以行，咸淳庚午，寓上杭县斋，汀守刘审轩刊吕东莱《辨志录》，应紫与寓目焉。中间二则载春夏奉亲事，注云：《养老奉亲书》，于是方知此书之名。越二载壬申，至宜春遍求于袁古文献故家，咸无焉。自后司马倦游意谓此书不可复得矣。阅三十有余载，大德己巳春，总管冰壑邹君，缄其书贝氏余，余手之不释，如获承珠和辟之宝；口之不置，如聆虞韶商之音。已不胜其欣喜，未几复以其来示《续编》。命名《寿亲养老新书》，其中嘉言懿行，雅事奇方，前书所未有者，粲然毕备，又何如其喜也。君自吾杉迁樵南，重作文靖公故宅，楼居高明，有园池、亭馆之胜，经史图书，琴祺觞咏，矣欠亲友于玉壶中。诸郎诸孙，珠联玉立，善能承顺其志，怡悦其心，允谓人间至乐。湖山院落，云月为家。四时佳，自有痴乐堂。樵南小隐二记新书锓梓，抑使世之养老奉亲者，同有此乐焉，锡类之仁远矣。应紫虽不获再遂寸草春晖之志，而亦不忘于老莱斑衣之思。君昔官中都时，曾遇异人，授以怡神养性之旨，故续书多述老人之所以自养者。应紫之志喜。盖充然有得于斯。鹏鹡鸟同游，亦惟曰：各安其分云尔。是年冬至节日，同郡泰宁玉窗黄应紫序。

《太上玉轴六字气诀》：黄庭山人邹应博述。

道藏有《玉轴经》：言五藏六腑之气，因五味薰灼不和，又六欲七情，积久生病内伤脏腑，外攻九窍，以至百骸受病。轻则痼癖，甚则盲废，又重则丧亡。故太上悯之，以六字气诀，治五脏六腑之病，其法以呼而自泻出脏腑之毒气，以吸而自采天地之清气补之。当日小验，夸旬日大验，年后万病不生，延年益箕，卫生之实，非人勿传。呼有六，曰“呵呼”嘘嘻吹也。吸则一而已。呼有六者，以呵字治心气，以呼字治脾气，以字治肺气，以嘘字治肝气，以嘻字治胆气，以吹字治肾气，此六字气诀，分主五脏六腑也。凡天地之气，自子至巳为六阳时，自午至亥为六阴时，如阳时则封东方，勿尽闭窗户，然忌风入，乃解带正坐，扣齿三十六以定神。先揽口中浊津漱炼二三百下，候口中成清水，即低头向左而咽之，以意送下，候汩汩至腹中即低头开口。

原藏美国国会图书馆

先念呵字，以吐心中毒气，念时耳不得闻呵字声，闻即气废，及损心气也。念毕仰头闭口，以鼻徐徐吸天地之清气以补心气，吸时耳亦不得闻吸声，闻即气废，亦损心气也。但呵时令短，吸时令长，即吐少纳多也。吸讫即又低头念呵字，耳复不得闻呵字声，呵讫，又仰头以鼻徐徐吸清气以补心，亦不可闻吸声。如此，吸者六次，即心之毒气渐散。又以天地之清气补之，心之元气亦渐复矣。再又依此式念呼字，耳亦不可闻呼声，又吸以补脾，耳亦不可闻吸声。如此者六，所以散脾毒而补脾元也。次又念字以泻肺毒，以吸而补肺元，亦须六次，次念嘘字以泻肝毒，以吸而补肝元。嘻以泻胆毒，吸以补胆元，吹以泻肾毒，吸以补肾元，如此者，并各六次，是谓小周。小周者，六六三十六也。三十六而六气遍，脏腑之毒气渐消，病根渭除，租气渐完矣。次看是何脏腑受病，如眼病，即又念嘘嘻二字各十八遍，仍每次以吸补之，总之为三十六讫，是为中周。中周者，第二次三十六通为七十二也。次又耳依前呵呼嘘嘻吹六字法，各为六次，并须呼以泻之，吸以补之，愈当精虔，不可怠废，此第三次三十六也，是为大周。即总之为一百单八次是谓百八诀也。午时属阴，时有病，即对南方为之，南方属火，所以却阴毒也。然又不若子后已前面东之为阳时也。如早起，床上面东将六字各为六次，是为小周，亦可治眼病也。凡眼中诸证，惟此诀能去之，他病亦然，神乎神乎，此太上之新疆慈旨也。略见玉轴真经而详则得之师授也。如病重者，每字作五十次，凡三百而六腑周矣。乃漱[乍东]咽液，叩齿讫，复为之，又三百次讫。复漱[乍东]咽液叩齿如初，如此者三，即通为九百次，无病不愈，秘之，秘云，非人勿传。

《四时摄养论》中有云：春肝气盛者，调嘘气以利之；夏心气盛者，调呵气以速之；

秋肺气盛者，调咽气以[氵曳]之；冬肾气盛者，调吹气以平之。但言调此四气而书中未详及四气之诀，今举曾叔祖朴庵炎詹集中玉轴六气全文以明之。黄玉窗云：爱山袁卒得朴庵亲传，每日子午卯酉四时行持六字，密室中竹帘布帷隔风为上，亦当得爱山亲授口诀口诀云“食后将息法”。

平旦点心讫，即自以热手摩腹，出门庭行五六十步消息之。中食后，还以热手摩腹，行一二百步，缓缓行，勿令气急。行讫，还床偃卧，颗苏煎棘啜半升以下，人参茯苓甘草等饮，觉似少热，即以麦门冬竹叶茅根等饮，量性将理，食饱不宜急行及走，不宜大语远唤人嗔喜卧睡，沉食散后随其所业。不宜劳其心力腹空即须索食，不宜忍饥，生硬粘，滑等物多致霍乱，秋冬间暖裹腹，腹中微似不安，即服厚朴生姜等饮，如此将息，心无横疾。养性：鸡鸣时起，就卧床中导引讫。栉漱即巾正坐，量时候寒温吃点心饭，若粥，若服药，先饭食服药，吃酒消息讫。入静室烧香诵经，洗雪心源，息其烦虑。良久事了，即出徐徐步庭院散气，地湿即勿行，但屋下东西步，令气散。家事付五儿子不宜关心，平居不得嗔[口斗]用力，饮酒至醉，并为大害。四时气候和畅之日，量其时

一万一千六百十九卷

节寒温，出门行三二里，及三百二百步为佳，量力行。但勿令气乏喘而已。亲故相访间，同行出游百步，或坐，量力谈笑，才得欢通，不可过度耳。人性非合道者，焉能无闷？须畜数百卷书，易老庄等，第一勤洗浣，以香露之，身数沐浴，令洁净，则神安道胜也。左右供使之人，得清净子弟小心少过谦谨者，自然事闲，无物相恼，令人气和心平。凡人不能绝嗔，若用无理之人，易生嗔怒，妨人导性。

二篇之旨，养卫得理，皆沈存中怀山录所述。存中名括

安车：轮不欲高，高则摇。车身长六尺，可以卧也。其广合辙[车冈]，以索系合之，索如条大可也。车上设四柱盖密帘竹织绢糊黑漆，少加掠，掠重又蔽眼，害于观眺。箱高尺四寸，设茵荐之，外可以隐肘为法，车后为门，前设扶板，加于箱上，在前可凭，在后可倚，临时移徒，以铁距子簪于雨箱之上，板可阔尺余，令可容书策。及肴樽之类。箱下以板弥之，卧则障风。近后为• 户，以备仄卧观山也。车后施油[巾宪]，[巾宪]两头施轴如画帧，轴大如指，有雨则展之，传于前柱，欲障日障风，则半展，或偏展一边，临时以铁距子簪于车盖梁及箱下；无用则卷之，立于车后。车前为纳陛，令可垂足而坐，要卧则以板梁之令平，瑟书酒[木盍]扇帽之类，挂车柱及盖间车后皆可也。

汉召申公以安车蒲轮，闵子骞江革皆当为亲御车，邵康节诗云：喜醉岂无千日酒？惜敝花还有四时花。小车行处人观看，满洛城中都是家。又云：大瓦子中消白日，小车儿上看青天。司马温公崇德待康节不至，有诗云：淡日浓云合复开，碧嵩清洛远萦回。林端高阁望已久，花外小车犹未来。康节和章亦有“ 万花深处小车来”之句。老人游观，雅宜小车之适，存中《怀山录》。安车为首云：

游山具：

游山客不可多，多则应接人事劳烦，有妨静赏，兼仆众所至扰人。今为三人，其诸应用物，共为两物，共为两肩三人荷之，操几杖持盖杂使更三人足矣。肩舆者未预客有所携，则相照裁损，无浪重复，惟轻简为便。器皿皆木漆，轻而远盗，惟酒杯或可用银钱一二千，使人腰之，操几杖者可兼也。行具二肩。

甲肩：

左衣箧一。

衣，

被，

枕。

盥漱具：

手巾，

足巾，

药，

汤，

梳。

右食匮一。

原藏美国国会图书馆

竹为之，二鬲，并底盖为四。食盘子三，每盘果子采十，[欠炎]酒[木盍]一，可容数胜，以备沽酒。匏一，杯三，漆筒合子贮脯修乾果嘉蔬各数品，饼饵少许，以备饮食不时应猝。惟三食盘相重为一鬲，其余分任之，暑月果修皆不须携。

乙肩：竹鬲二，下为柜，上为虚鬲。左鬲上层书箱一。

纸，

笔，

墨，

砚，

剪刀，

韵略，

杂书册。

柜中食碗才木云各六：七箸各四，生果数物，削果刀子。

右鬲上层琴一，竹匣贮之。

扫叠棋局一，柜中基子茶二三品，醋茶即碾熟者，盏托各三。瓢七等。

附带杂物：

小斧子，

刀子，

断药锄子，

虫葛烛。

柱杖，

泥靴，

雨伞，

凉笠，

食铫，

虎子，

急须子，

油筒。

老人心闲无事，每喜出游。康节诗所谓“侍天春暖秋凉日，是我东游西泛时”也。《怀山录》述游山之具，适用之宜。倪尚书思《经锄堂杂志》记吉川城内外游赏去处凡四十二所。谓每月一游，则日日可度；每岁一游，则可阅三十年。日日游太频劳费可厌，岁一游太速，今酌其宜，每月往一处游，一月之中，又择良辰美景，具山肴殽野蔌，或邀一两宾，无宾，携子弟同行，庶疏数得中，亦康节所谓遍洛阳城皆可游也。

一万一千六百十九卷

居山约：

余营兼山，本以藏拙，已就粗安，可以忘归。诸儿之意，春恋挽留，又难拒绝。今与汝曹约，每月二十日在山，十日在家，独甚暑甚寒两月则仝在家，恐山中不便也。山中不可独，须子弟一人侍，置历轮流四子，每人一旬，周而复始。其当旬者，饮膳之类专一掌之，其余在家有效时新，各随其意，多少不拘，无亦不责。其或有商议事，合要来此，不必当旬，自宜前禀。自六月为始，各于旬下书名，如当旬有私干，兄弟那容。倪尚书之子祖仁，祖义，祖礼，祖智，祖信，祖常，祖常有最良誉。老人之性有喜山居者，沈存中云：山林深远，固是佳境。独往则多阴，数人则喧杂，必在人野相近，心远地偏，背山临流，气候高爽，土地良沃， 泉石清美。如此，得十亩平坦处，便可葺居。左右映带，冈阜形胜，最为上地。地势好，则居者安也。缔造规模，从人意匠，中门外作池可半亩余， 种支荷菱芡，远池岸种甘菊，既可彩，又可观赏。

歌床：

如今之倚床，但两向施档，齐高合曲尺上平。僧家亦无偏禅倚，亦有仄档，然高低不等，难为仄倚。若背以左档，则右档可几臂；倚右档，则左可几臂；左右几互倚，令人不倦。仍可左右蟠足，或枕档角歌眠，无不便适。其度座方二尺，足高一尺八寸，档高一尺五寸，从地至档，共高三尺三寸。木制藤绷，或竹为之。尺寸随人所便增损。“饱食缓行初睡觉，一瓯茗侍儿煎。脱巾斜倚绳床坐，风关水声到耳边。”裴晋公诗也。

醉床：

为床长七尺，广三尺，高一尺八寸，自半以上别为子面，歉大床中间子面广二尺五寸，皆木制，韦综之。韦综欲涩欲眠人身不退韦下虚二寸，床底以板弥之，勿令通风，子面歉与大床平，一头施转轴。当大床中间。子面底设一拐撑，分为五刻，子面首挂一枕，若欲危坐即撑起，令子面直上，便可靠背。以枕承脑，欲稍偃，则退一刻，尽五刻，即与大床矣。凡饮酒不宜便卧，当倚床而坐，稍倦，则稍偃之。困即放平而卧，使一童移撑，高下如意，不须以尽四体之适。大床两椽有二尺余，前孔为直，凡其下为荀，欲倚手则歉孔中，二床便于佚老，制度皆佳。

观雪庵：

原藏美国国会图书馆

庵长九尺，阔八尺，高六尺，以轻木为格，纸糊之，三面如枕，屏风上以一格履之，面前施夹幔，中间可容小坐床四具，不妨设火及饮具，随处移行，背风展之，向地即就雪中卓之，比之毡帐，轻而门阔，不碍瞻眺，施之别用皆可，不独观雪也。

此庵。即东坡之择胜亭也。东坡守汝阴。作亭以帷幕为之。世所未有。铭略云：“ 乃作新亭，筵楹乐梁，鉴枘交设，合散靡常。赤油仰承，青幄四张，我所欲往，十夫可将。与水升降，除地布床。又云：岂独临水，无适不臧。春朝花郊，秋夕月场。无有经而赵，无翼而翔。敝乂改为，其费易偿。榜曰择胜。名实允当。”观此铭。则其制度可备见也。子由亦云。子瞻以幄为亭。欲往即设，不常其处。名曰择胜。作四言一章，辙爱其文，故继之。略云：“ 我兄和寒刚立柔，视身如传，苟完不求，山盘水嬉，羽气未瘳，岂以吾好，而俾民忧？颖尾甚清，颖曲孔幽。风有翠幄，雨有赤油。匪舟匪车，亦可相攸。”养老奉亲者为之，良可以供游观之适云。

蒲花褥：

九月掇蒲，略蒸，不尔则生虫。暴令燥，役希囊中，将取花如柳絮者，欲为坐褥，或卧褥。以帛为方囊，满实蒲花，杖鞭令匀，厚五六寸许，其上复以褥表囊之，虚软温燠，他物无比。春间不御则褫去褥表，出囊复处略暴之，岁岁如此。南方海闽中有木绵，亦不及蒲花之柔暖。

汤仓：

温酒为铁铜仓，深三寸，平底，可贮二寸汤，以酒盅排汤中，酒温即取饮。冬时拥炉静话，免使僮仆纷纷，残益幽致。

羊羔酒：米一石，如常法浸浆，肥羊肉七斤，麦十四两，诸麦皆可。将羊肉切作四方坏烂煮，杏仁一斤同煮，留汁七斗许，拌米饭面，更用木香一同酝，不得犯水，十日熟，味极甘滑。此宣和化成殿方

雪花酒：

羊精膂肉一斤去筋膜，温水浸洗，批作薄片，用极好酒一升，煮令肉烂，细切研成膏，别用羊筒髓三雨，肾窠脂一雨，于银锅内锅内熔作油，去滓，却入先研肉膏内，并研令匀，又入龙脑少许拌和，倾入磁瓯内，候冷，每用时取出切作薄片，入酒杯中，以温酒浸饮之。龙脑候极温方入，如无脑，入木香少许亦佳，二味各入少许尤佳。二酒宜为旨甘之奉。

茶么酒：好酒一斗，用木香一杯，以酒一杯于砂盆内约磨下半钱许。用细绢滤入瓶，密封包，临饮取茶么百英，浮沉酒面，人不能辨，查花和露红小蓓取十个，去枝叶，用生纱袋盛挂于瓶口。近酒面一寸许，密封执口，三两日可饮。或以汤柑皮，旋滴法数点于酒盏内亦佳。此酒色、香、味三绝，宜奉老人清兴。酴醾，本酒名也。世所开花，元以其颜色似之，故取其名。《唐书· 百官志》：良酝著令供酴醾酒，今人或取花以为枕囊，

一万一千六百十九卷

故黄山谷诗云：“ 名字因壶酒，风流付枕帏。”

香炭：

以精石炭屑之，生葵叶杂捣为饼钱大，暴干，焚香虽致冷湿地，火亦不灭。石炭

相郡煤子最佳，余处者性急，动之则火灭，不得已，清泉者次之，长泉者又为下。

一法：杉炭末五两，胡粉黄丹各一两，合捣为细末，着糯米胶和匀作饼子，候干，火

内烧通红，以纸灰埋香炉中，焚香经夕，不灭不消。降真香：虚堂清夜宴坐焚之，降真香一斤，沉香四两，龙脑一分，密和之。茅香时烧，少许亦

佳，木草云，可入印香中，合香附子末用。四品奇香：雪梅香：丁香一分沉香半，胫炭筛研半两来，捻取些儿炉口热，人人道是雪中梅。江梅香：人人尽道是江梅，半两丁香一分茴。更用藿零俱半两，麝香少许是良媒。百花香：一雨甘花二雨芎，麝香少许蜜和同。圆如弹子安炉上，恰似百花凝晓风。长春香二两笺香三两檀，麝香脑子一钱宽。花堂静处炉香起，清玩长春赛蕙兰。御爱四和香：沉香，檀香，降真。笺香，茅香。海螵蛸，各一两重。麝香，三钱重。樟脑，一钱半重。龙骨，半两蜜。右诸香锉碎，蜜和匀，后用龙骨麝脑碾细和入新瓦瓶内，封闭勿令气出，经三日方倾

出。限三日过，遇四更时分当天取露气，天明便收，阴干，如此三次，研为末，用蜜些子黄腊调作饼子，用磁器收，遇烧时用水一盏傍香炉边，方烧香。香方甚多，独此方用龙骨锁住，其烟不散，所以为妙。试茶：采嫩芽，先沸汤，乃投芽煮变色。挹取，握去水，小焙中焙欲干，仓内略炒，使香磨

碾皆可，坐间临泉，旋撷旋烹，芳新不类常韵香茶：上春嫩茶芽每五百钱重，以绿豆一升去壳蒸焙，山药十两，一处细磨，别以脑麝各半钱重，入盆同研，约二千杵，纳罐内密封窨三日，后可以烹点，愈久香味愈佳。

柏汤方：

采嫩柏叶，线系垂挂一大瓮中，纸糊其口，经月取，如未甚干，更闭之。至干取为末，如嫩草色，不用瓮，只密室中亦可，但不及瓮中者青翠。若见风则黄矣，此汤可以代茶，夜话饮之尤醒，饮茶多则伤人气，耗精害脾胃。柏汤甚有益，如太苦，则加少山芋尤佳，《外台秘要》有代茶新饮，然作药味，不若柏汤，隐居道话，尤勋幽尚。

三妙汤：

原藏美国国会图书馆

地黄枸杞实各取法一升，蜜半升，银器中同煎如稀饧。每服一大匕，汤调酒调皆可，实气养血，久服弥益人。

干荔枝汤： 蔗糖，一斤， 球糖亦好。大乌梅润者二两汤浸， 时复换水， 澄去酸汁，不去核焙干。桂去皮为米。生姜二两， 薄切作片， 焙干。右先将乌梅生姜为细末，入在沙糖，与桂末拌和匀，再取粗隔过，如茶点吃，欲作膏

子吃，乌梅用去核，修事如上法。不焙，桂作小片为末，姜切片不焙，用水二碗，煎至二碗，汤调服。暑势心烦，并水调服。乘龙图传暑月可常合服之。清韵汤：缩砂仁三两。石菖蒲一两。甘草半两。右末入盐点服。枨汤：张子十个。干山药一两。甘草二两。盐四两炒白梅。四两。槌碎去仁核。右先用枨子，山药，甘草，白梅，一处研细，捏作饼子，焙干为末，入檀香半两尤佳。桂花汤：黄桂花三斤，栋净，去青枘，研细，以磁器盛贮覆合略蒸花。干姜一两。甘草一两略炒。右末和匀，量入炒盐，盛贮莫令漏气，如常点服。醒醐汤：神曲二两。盐十两炒。官桂二两。甘草七两。乌梅八两洗拍碎。干姜。三两煨。右先将五味焙干为末，后入炒盐和匀作一处，新磁罐收。

洞庭汤：

真橘皮，四两， 不去白， 去蒂， 擘作小钱大， 令水浸一宿， 晒干。生姜。四两， 净洗榨。

右将姜与橘皮同淹一宿，晒干焙干，入甘草一两三钱，炙黄，好白盐梅二十个去核，

以白面拍作片子，无油铫内烘干。入炒白盐一两半，同一处为末，沸汤点用。木瓜汤：生姜四两取汁。木瓜十两。白盐五两。甘草五两。紫苏十两。右炒姜盐拌和苏瓜、甘草三日取出，晒干为末，沸汤点服，手足酸服之妙，又一方加缩砂山药炒为末，消食、化气、壮脾。韵梅汤：半黄梅五个， 槌去仁。拣净秤。姜一斤， 去皮研。甘草四两炙为末。盐半斤。右件安净钵内，一处拌匀，烈日晒半月，以色变稍紫为度，更约度稀稠得所为佳，须用晒半日月安净瓶内点用。巳上诸方， 皆得之秘传， 宜供汤药之用。熟水，稻叶，谷叶，楮叶，橘叶，樟叶，皆可采阴干。纸囊悬之，用时火炙使香，汤沃，幂其口良久。前朝翰林院定热水，以紫苏为上，沉香次之，麦门冬又次之。苏能下胸隔滞气，功效

至大，炙苏须隔竹纸不得翻，候香以汤先泡一次，倾却再泡用，大能分气极佳。《晨朝补养药糜法》： 地黄粥：切地黄二合，候汤沸，与米同下仓。先取酥二合，蜜一合同炒，令香熟，别贮之，侯粥欲熟，乃下同煮取熟。胡麻粥：乌油麻去皮，蒸一炊曝干，更炒令香熟，每用白粳米一升，胡麻半升，如常煮粥法为之，临熟加糖蜜任意，极香甘，胡麻多治之，临时取用。乳粥：牛羊郛皆可。先淅细粳米令精细，控令极干，乃煎乳令沸，一依用水法。乃投米煮之，候熟即挹置碗中，每碗下真酥半两置粥上，令自容如油遍，覆粥上，食时旋搅，美无比。

山芋粥：薯蓣生于者， 名山药， 一名山芋。山芋，山生者佳，圃种者无味，取去皮，细石上磨如糊，每碗粥用山芋一合，以酥二合，蜜一合，同炒令凝，以匙揉碎，粥欲熟，投

原藏美国国会图书馆

搅令匀乃出。栗粥：小栗去壳，切如米粒，每粳米一升，栗肉二合同米煮，更无他法。百合粥：生百合一升，切蜜一两，同水窨熟，投欲熟粥中，每碗用三合。

麋角粥：新麋角一具寸截，流水内内浸三日，刷腥秽，以河水入砂瓶或银瓶内，以桑叶塞瓶口，勿令漏气，炭火猛煮，时时看候。如汤耗旋益热汤。一日许，其角烂似熟山芋，掐得酥软即止，未软更煮，慎勿漏气，漏气则难熟，取暴干为粉，其汁澄滤候清冷，以绵滤作胶片，碗盛风中吹干，麋角胶别入药，每粥一碗。入麋角粉五钱，盐一匙，同搅温服。

枸札子粥：枸杞子生研捩取汁，每一碗粥可用汁一盏，加少熟蜜同煮。马眼粥：新黑豆一斗，净淘入大釜中，如常用水煮令熟，擗去汁再入釜，以熟麻油浸之。豆上油深四指，密盖之，慢火煮，直候露出豆，即以匙拌转更煮，直令尽油即住。每粥一釜，可下熟豆三五碗，欲熟入拌匀食之。又法：白米二升，别煮令热，大颗黑豆一升，先以薄灰汁煮豆令熟，漉出豆，却以清水烧沸。依前入豆再煮，透出灰气。漉出，却以沙糖六两，用水两碗化滤过，入盐二两，酱汁同煮熟，桃仁杏仁皆可为粥。生去皮尖，略炒含香，细研，水绞取浓汁，随意入粥中煮，临时加酥蜜亦可，金罂木煎亦可作粥，一如用糖法。

诸山蔬可作粥者，皆只如菜粥法。

《礼记· 内则》：言子事父母，妇事舅姑，进盥授巾之后，问所欲而敬进之。以饣酏为先，饣厚粥。酏，薄粥也。故此编详述《怀山录》中诸药麋法。陆放翁去：平旦粥后就枕，粥在腹中暖而宜睡，天下第一乐也。

紫不托法：新黑豆煮取汁，搜面作汤饼，极甘美，能去面毒。令不蒸服丹石人尤宜食此，杂莼热为羹妙。沈存中云：面治壅热益气力，但不可多食，致含愤闷，料理有法，节而食之，饣甫饣毛蒸寸饼，及糕索饼，起面等法，在《食经》中。此法用黑豆汁搜面，则无毒矣。

造山药面法：取山药去皮薄切，日中暴干、柳箕中为粉，下筛如常面。食之加酥蜜，为淳面尤精，益气力，长肌肉，久服轻身，耳目聪明，不饥延年。造干地黄法：九月末，掘取肥大者去须熟蒸，微暴干，又蒸，暴干食之，如蜜可停。

芭蕉脯、蕉根有两种，一种粘者为糯蕉可食，取作手大片，灰汁煮令熟，去灰汁，又以清水煮，易水含灰味尽，取压干，乃以盐、酱、芫、荑、椒、干姜、熟油、胡椒等杂物研• 一两宿，出焙略槌令饮食之，全类肥肉之味。

牛蒡脯：十月以后，取根洗干，去皮少煮，勿太烂，硬者即熟煮，并槌令软，下杂料物如芭蕉脯法，• 焙取干。笋脯，一如牛蒡脯法。莲房脯；取嫩莲房去蒂，又用皮，入灰煮。• 一如芭蕉脯法。焙干，以石压令扁，作片收之。

葡• ： 葡花即桅子也。采嫩花酿作• ，极香美。白乐天方斋，刘禹锡馈以菊苗齑芦菔• ，换取乐天六班茶二囊，以自醒酒。

干蕨菜：采嫩蕨菜蒸熟，以干灰拌之，同爆极干，濯去灰，又暴干收之，临食汤浸令软，味如合蕈。艹石芥罕菜：此二物极辛，为菹大佳。

苦益菜：苦益菜，青飤苦麻，皆可作羹。

一万一千六百十九卷

苦麻：即今俗谓之胡麻者，叶作羹大甘滑。其苗名情飤。

松蕊：去赤皮，取嫩白者蜜渍之，略烧令蜜熟，勿太熟，极香脆。

白芷：蜜渍，糟藏，皆可食。

防风芽：防风芽如胭脂色，天门冬芽如马椿，芹菜，芎芽，又有蘼芜，枸杞芽，菊芽，荇菜、水藻、牛膝芽，地黄嫩叶，皆如常菜治之。

东坡诗云；秋来霜露满东园，芦菔生儿芥有孙。我与何鲁同一饱，不知何苦食鸡豚。况药菜之佳乎？

水苔：立春前采嫩者，淘泽令极净，其间多沙石虫带虫，取得压干，只入盐油完椒切薤白同入瓶中。酿为醑醋浸食之甚佳，又可油炒，加盐酱亦善。瓜齑：生甜瓜，拣取未熟者，每十斤随瓣切开，去穰不用，就百沸汤绰过，以盐五两匀擦翻转，豆豉末半升，酽醋升半，面酱斤半。马芹，川椒，干姜，陈皮，甘草，茴香，各半两，芜荑二两，并为细末，同瓜一处拌匀，入磁瓮内淹压于冷处顿之。经半月后则熟，瓜色明透，绝类琥珀，味甚香美。

菜齑：大菘菜丛采十字劈裂，菜菔取紧小者破作两畔，同向日中晒去水脚。二件薄切作方片，如钱眼子大。入净罐中，以马芹、茴香、杂酒、醋水等令得所，调净盐浇之，随手举罐，撼触五十次，蜜盖罐口，置灶上温处，仍日一交如前法撼触，三日后可供菜，色青白间错，鲜洁可爱。

藕齑：嫩藕稍随意切作方块如骰子大，就蟹眼汤内快手绰上，取牵牛花揉汁淹染片时，投冷熟水中涤过，控干，以马芹盐花泡汤，入少醋，加蜜作齑，澄冷浇供之。

豆齑：先取湿沙纳磁器中，以绿豆匀撒其上，如种• 法，深桶覆藏室中，勿令见风，日一次掬水洒透，俟其苗长可尺许摘取，蟹眼汤绰过，以料齑供之。赤豆亦可种，然不如绿豆之佳。

荠羹：俗谓荠为东风菜， 言讹而为公爹菜， 谓可以奉公爹也。东坡与徐十三书云：今日食养极美，天然之珍，虽不甘于五味，而有味外之美，其法取荠一二升许，净择入淘了米三合，冷水三升，生姜不去皮槌两指大，同入釜中，浇生油一蚬壳当于羹面上，不得触，触则生油气不可食。不得入盐醋，君若知此味，则陆海八珍，皆可压也。天生此物，以为幽人山居之禄，辄以奉传，不可忽也。羹以物覆，则易熟而羹极烂，乃佳也。

《本草》：荠和肝气明目。凡人夜则血归于肝，为宿血之脏，过三更不睡，则朝旦而色黄燥，意思荒浪，以血不得归故也。若肝气和，则血脉流通，津液畅润。东坡尝有诗云：时选麦田求野荠，强为僧舍煮山芋。陆放翁有诗云；小着盐醢助滋味，微加姜桂助精神。风炉歙钵穷家活，妙诀何曾肯授人。笋鳜：东坡《回钱穆父书》云：竹萌蒙佳贶，取苟蕈菘心与鳜鱼相和，清水煮熟，用姜芦菔自然汁及酒三物等，入少盐，渐渐款洒之，过熟可食，不敢独味，此请依法作，与老嫂共之。老人有性喜茹素，不忍害物者，救水之奉，在嘉蔬药菜，料理如法，殊益于人。杞菊芎术等苗，嫩时采食之，或煮或齑，或炒或淹。悉用土苏咸豉汁，加盐下饮甚良，蔓菁作齑最妙。不断五辛者，春秋嫩韭，四时采薤甚益。绿豆、紫苏、乌麻，须宜贮，俱能下气，其余豉酱之徒食所不可少，皆须贮蓄。肉食心不害物，但以钱买犹愈于杀，第一戒慎勿杀。若肉须新鲜，似有气息，则不宜食。烂脏损气，切须

一万一千六百十九卷

慎之戒之。

种植：庭槛园林间，种植可爱玩之物，如世间花果，人家自有，此不悉载。今抄东坡一书，诚斋一诗于左。

东坡《与程全父书》：

白鹤峰新居成，从天侔求数色果木，太大则难活，小则老人不能待，当酌中者，又须土砧稍大，不伤根者。柑，橘，柚，荔枝，杨梅，枇杷，松，柏，含笑，栀子。

谩写此数品，不必皆有，仍告书记其东西。诚斋《三三径诗》：东园新开九径：

江梅，海棠，桃李，橘，杏，红梅，碧桃，芙蓉。几种花木各植一径，命曰“三三径”。

其诗云：三径初开是蒋卿，再开三径是渊明。诚斋奄有三三径，一径花开一径行。

欧阳公《示谢道人种花诗》云：

浅深红白宜相间，先后仍须次第栽。我欲四时携酒去，莫教一日不花开。

西园胡大壮喜种花卉，以窥造化生育之妙；喜饮醇酎，以寓经纶燮理之方。

芸香；古人藏书谓之芸香是也。采置书帙中，即去蠹，置席下去蚤虱，栽园庭间香闻数十步，极可爱。叶类豌豆，作小聚，生秋间，叶上微白如粉，江南人谓之七里香，江南极多，大率香草多只是花过则已。纵有叶香者，须采掇嗅之方香，此草远在数十步外，此间以香，自春至秋不歇绝，可玩也。茅香：闲地种之，可洗手，终日香。一年数次。刈闲屋中，时时烧少许亦佳。

《本草》云：苗叶可煮作浴汤，含人身香。同藁本尤佳，仍入印香中，合香附子用。

枸杞。拣好地熟斫，加粪讫，然后逐畦长开垅，深七八寸，令宽，乃取枸杞。连茎锉长四寸许，以草为索，慢束如羹碗大，于垅中立种之，每束相去一尺，下束讫。别调烂牛粪稀如面糊灌束子上，令满，减则更灌，然后以肥土壅之，满讫。土上更加熟牛粪，然后灌水，不久即生。乃如剪韭法，从一头起首割之，得半亩。料理如法，可供数人，其割时与地面平，高留则无叶，深剪则伤根，割仍避热及雨中，但早朝为佳。

又法：但作束子，掘坑方一尺，深于束子三寸，即不束子讫。着好粪满坑填之，以水沃粪下，即更着粪填，以不减为度。含粪盖束子一二寸，即得生。后极肥嫩，数数锄壅，每月一加粪尤佳。

又法：但畦中种子如种菜法，土粪下水，当年疏瘦，二年以后悉肥，勿含长苗。即不堪，食不尽，即剪作干菜，以备冬中。常使如此，从春及秋，其苗不绝，取甘州者为真，叶厚大者是有刺，叶小者是白棘，不堪服食。

又法：枸杞子于水盆内才妥令散讫暴干，斫地畦，畦中去却五六寸土，勿作垅。缚草穰作毛罕，似臂长短，即以泥涂毛罕令遍，以安垅中，即以子布泥上一面，令稀稠得所，乃以细土盖之令遍。又以烂牛粪盖上令遍，又布土一重令与畦平，待苗出，时时浇灌，及堪采，即如剪韭法。更不要煮炼，每种用二月初一，每年但五度剪，不可过也。凡枸杞生西河郡谷中，及甘州者，

一万一千六百十九卷

其味过于蒲萄，今兰州西去邺城，灵州九原，并大根茎尤大。

甘菊：移根最佳，若少时折取苗，乘雨湿种便活，一年之后落遍地，长服却老，冬中收子，剪如韭法。

陆龟蒙《杞菊赋》云：“ 惟根与菊，偕寒互绿。或款或苕，烟披雨沐。我衣败绨，我饭脱粟，羞惭齿牙，苟且粱肉。蔓延骈罗，其生实多。尔杞未棘，尔菊未莎。其如子何？其如予何？”

东坡云：天随生自言常食杞菊，及夏五月枝叶老硬，气味苦涩，犹食不已。余守胶西，与通守刘君循古城废圃，求杞菊食之，扪腹而笑。作后《杞菊赋》云：人生一世，如屈伸肘，何者为贫？何者为富？何者为美？何者为陋？或糠核而瓠肥，或粱肉而黑瘦，何侯方文？庚郎三韭，较丰约于梦寐，卒同归于一朽。吾方以杞为粱，以菊为糗，春食苗，夏食叶，秋食花实，而冬食根，尚俭几乎河西南阳之寿。张南轩赋云：“ 张子为江陵之数月，时方仲春，草木敷荣，经行郡圃，意有所欣。爰命采掇，付之庖人。汲清泉以细烹，屏五味而不亲。甘脆可口，蔚其芬馨。尽日为之加饭，而他物不足以前陈。”又云：天壤之间，孰为正味？厚或腊毒，淡乃其至。猩唇豹胎，徒取诡异。山鲜海错，纷纠莫计。苟滋味之或偏，在脏腑而成赘，惟杞与菊，微劲不苦，滑甘靡滞，非若它蔬。善呕走水，既目而安神，复沃频而涤秽，骄南阳于西河，又颓龄之可制，随寓必有，约居足恃。雪消壤肥，其茸葳蕤，与子婆娑，薄言掇之。古铫瓦盆，啜叶咀齑。高论唐虞，咏歌书诗。嗟乎！微斯物，孰同先生之归？于是相属而歌，殆日晏以忘饥。

地黄：十二月耕地，至正月可止，三四遍细爬讫，然后作沟，沟阔一尺。雨沟作一畦。畦阔四尺，其畦微高而平硬，甚不受雨水，苗未生间，得水即烂，畦中又拨作沟，沟深三寸，取地黄切长二寸，种于沟内讫，即以孰土盖之，其土厚三寸以上，每种一亩，用根五十斤，盖土讫，即取经冬烂草覆之。候牙稍出，以火烧去其苗，再生叶肥茂，根益壮，自春至秋，凡五六耘，不得锄。八月堪采根，至冬尤佳，若不采，其根太盛。春二月当宜出之，若秋采讫至春不复更种。其生者犹得三四年，但采讫，比之明年，耨耘而已。参验古法，此为最良，按《本草》：二月八月采，殊未穷物性也。八月残叶犹在，叶中精气未尽归根。二月新苗已生，根中精气已滋。不如冬月采殊妙，又与蒸暴相宜。古人云：二月八月，非为种者。将为野生，当须见苗矣。欲食叶，但露散后摘取傍叶，勿损中心正叶，甚益人，胜诸药。

东坡诗云：地黄饲老马，可使光鉴人。吾闻乐天语，喻马施之身。白乐天《采地黄诗》： 凌晨荷锄去， 薄暮不盈筐。摧米朱家门， 卖与白面郎。与君啖肥马， 可使照地光。愿易马残粟， 救此苦饥肠。我衰正伏枥，垂耳气不振。移栽附沃壤，《本草》：古称地黄宜黄土，今不然。人宜肥壤虚地， 则根人而多汁蕃茂争新春，沉水得稚根，言以水沉而试之也。日华子云： 浮者名天黄， 半沉者名人黄； 沉者名地黄， 其沉者佳也。重汤养陈薪。于鼎釜水中更以器盛水而煮。谓之重汤。投以东阿清，阿胶出东阿， 其用皮有老少， 则胶有清浊。和以北海醇。崖蜜助甘冷，山姜发芳辛。山姜， 木名， 古方用术。融为寒食饧，寒食日研杏仁为略， 以煮麦粥， 以饧沃之。咽作瑞露珍。丹田自宿火，渴肺还生津。愿

原藏美国国会图书馆

向内热子，一洗胸中尘。

五加：取根，深掘肥地二尺埋一根，令设旧痕，甚易活，苗生，从一头剪取，每剪讫锄土拥之。

五加，盖天有五车之星精也。金应五行，人应五德，位应五方，物应五车，青精入茎，有东方之液；白气入节，有西方之津；赤气入华，有南方之光；玄精入根，有北方之米台；黄烟入皮，有戊已之灵。五神镇主，相传育成，用之者真仙，服之者反婴，久服轻身耐老，明日下气，补中益精，坚筋骨，强志意。五叶者良。叶可和蔬菜食，五月、七月采茎，十月采根阴干。张子声，杨建始、王叔才，于世彦皆服此酒，得寿三百年。有子二十人，世世有得服五加酒散而获延年者，不可胜计。或只为散，以代汤茶而饵之，验亦然也。

青襄：胡麻苗也。取八者，畦中如菜法种之，生苗为菜食，秋间依此法种之，甚滑美。

百合：上好肥地，加粪熟斫讫。春中取根大劈取瓣，于畦中如种蒜法，五寸一瓣种之，直作行。又加粪灌水，苗出即锄四边，令绝无草，春后看稀稠得所处，更别移亦得，畦中乾即灌水。三年后，其大如拳，然后取食之。又取子种亦得。或一年以后，二年以来始生，甚迟，不如种瓣。

黄精：择取叶参差者是真，取根擘破稀种，一年以后极稠种无时，其苗香美可食。

苜蓿：择肥地斫令熟，作垅种之，极益人。还须从一头剪，每剪加粪，锄土拥之。

合欢：萱草也。移根畦中稀种，一年自稠。春剪苗食如枸杞，秋夏不堪食。牛蒡：取子畦中种，种时乘雨即生。若有水，不候雨也。地须加粪，灼然后肥，旱则沃水，剪如上法。菜中之尤益者，但多种，食苗及根茎，益于人。莲子：八九月取坚黑子，瓦上磨尖头，直令皮薄，取

土作熟泥封如三指大，长使带头兼重，令磨须尖泥，欲种时掷至池中，重头向下，自能周正，薄皮上易生。数日即出，不磨者率不可生。

藕：春初掘取藕三节，无损处，种入深泥，含到硬土，谷雨前种，当年有花。藕可作粉，其法取粗藕，不限多少，净洗截断，浸三宿。数换水，看灼然洁净。然后漉出，碓中碎捣，以新布绞取汁。重捣，以新布绞取汁，重捣，取汁尽为度。又以密布滤去粗恶物，澄去清水，如稠难澄，以水搅之然后澄，看水清即泻去，一如造米粉法。

鸡头。鸡头粉取新熟者，去皮熟捣实如上法。

菱角粉：去皮，如上法。

姜粉：以生姜烂研，捩汁如上法，以和羹。

葛粉：去皮如上法，开胃止烦热。

茯苓粉：锉如瘅子，以水浸去赤计，如上法。

松柏粉：春采嫩叶，如上法，须击露采为之。

经宿则无粉，如嫩草郁郁可爱。

脱果：木生之果，八月间，以牛羊滓和土包其鹤滕处被端干相楼黄绞处。如大杯， 以纸裹

原藏美国国会图书馆

囊覆之， 麻绕令密致， 重则以杖柱之， 任其发花结实。明年夏秋间， 试发一包视之， 其根生， 则断其本理土中。其花实皆晏然不动， 一如巨本所结， 了在萧山县， 见山寺中橘木止高一二尺， 实皆如拳大， 盖用此术也。大木亦可为之， 尝见人家有老林擒， 木根已蠹朽， 圃人乃去木本二三尺许， 如上法以土包之， 一年后， 土中生根， 乃截去近根三尺尺许， 包入地后遂为完木。凡种果木，须望前种实多，望后种实少。

百部：山地种之，如百合法，金种为佳，取根[illegible]汁濯衣，令不生虱，仍洁白如用皂角也。右自杞菊以次为粥，为蔬，为脯、为粉，须自种植，充饶足用，百部之种，亦可为浣濯之供。

菖蒲石：怪石奇峰，以沙石器种之。且暮易水则茂，水浊及有泥滓则萎。一寸九节者，服之可以乌髭轻身延年。夜檠灯间置一两盆，可以收烟，不薰人眼。东坡诗云：“碧玉碗盛红玛瑙，青盆水养石菖蒲。” 曾茶山诗云：“ 窗明几静室空虚，尽道幽人一事无。莫道幽人无一事，汲泉承露养菖浦。”文石清漪，斯亦几案间良玩也。

相鹤：不必如鹤经所说，但取其标格立瘦，唳声清彻者为胜。几老鹤所生则气韵清古，三年顶赤则能唳，细论其法，颈欲细而长，身欲人立而不横，足欲瘦而节欲高。颈肥则类雁，身横则类鹜，胫粗韵俗则类鹳，声浊体肥则类鹅，皆下材也。鹤虽食鱼稻甚多，老则食谷渐少，甚老则不食。惟华亭具鹤窠村所出者为得地，他处虽时有，皆几格也。养处须有广水茂木，风月清旷之地，尝食生物，则格韵高野畜之笼樊。伺以熟食，则多肥浊，而精彩尸毛日渐摧藏，类乎鸡矣。

养龟：龟者寿物，养庭槛中，可以爱玩。愈于观他物，尤宜畜山龟。《尔雅》谓之摄龟者，腹下壳能开合，此龟啖蛇，蛇甚畏之、庭槛中养此龟，则蛇不复至，以至园圃中多畜之，大能辟蛇。兼此龟不赖水，陆地蓄之，不失其性。予在随州时，寓法云寺之浚有竹园，常苦多蛇，寺僧乃蓄龟于园中，自尔不复有蛇。相鹤养龟二事，皆《怀山录》所述。

收画：子弟遇好图画，极宜收拾，在前士大夫家有耕莘，筑岩，钓谓，浴沂，荀陈德星，李郭仙舟，蜀先主访草庐，王羲之会兰亭，陶渊明《归去来》，韩昌黎《盘谷序》，晋庐山十八贤，唐瀛州十八学士，香山九老，洛阳耆英，古今事实，皆绘为图。可以供老人闲玩，共宾友高谈人。人物山水，花水翎毛，各有评品吟咏，亦以广后生见闻，梅兰竹石，尤为雅致。瑶池寿乡图庆寿，近年有寿域图备列历代圣贤、神机，耆寿者，丹青妆点，尤为奇玩。

王维字摩诘，九岁知属辞，擢进士，工草录，善画，名盛于开元天宝间。宁薛诸王，待若师友，画思入神，至山平水远，云势石色，绘工以为天机所到，别墅在辋川，地奇胜，与裴迪游其中，赋诗相训为乐。东坡云：“ 味摩诘之诗，诗中有画：观摩诘之画，画中有诗。” 秦太虚云：余为汝南，得疾卧直舍，高仲符携辋川图示余曰，阅此可以疗疾。余本江海人，得图喜甚，即使二儿从旁引之，阅于枕上，恍然若与摩诘入辋川，度华子冈，经孟城坳，憩辋口庄，泊文杏馆，上斤竹岭，并木兰柴，绝茱萸沜，蹑槐陌，窥尘柴，返于南北。航歇湖，戏柳浪，濯奕家濑，酌金屑泉，过白石滩，停竹里馆，转辛夷坞抵漆园，

一万一千六百十九卷

幅巾杖屦棋奕茗饮，或赋诗自娱，忘其身之匏系于汝南也。数日疾良愈。

龙眠居士李公麟字伯时，能行草书，善画，尤工人物，人以比顾陆。顾恺之，陆知微。晚年致仕归老，肆意于泉石间，作《龙眠山庄图》，为世所宝。韩子苍《题太乙真人莲叶图》云：“ 太乙真人莲叶舟，脱巾露发寒飕飕。轻风为帆浪为楫，卧看玉宇浮中流。中流荡漾翠绡舞，稳如龙骧万斛举。不是峰头十丈花，世间那得叶如许。龙眠画手老人神，尺素幻出真天人。恍然坐我水仙府，苍烟万顷波粼粼。玉堂学士今刘向，禁直苕荛九天上。不须对此融心神，会植青黎夜相访。”观画之趣，二事可参。

置琴：朱文公琴赞云：养君中和之正性，禁尔忿欲之邪心。乾坤无言之有则，我欲与子钩其深。欧阳公云：“子尝有幽忧之疾，退而间居，不能治也。既而学琴于友人孙道滋，受宫声数引，久而乐之，不知疾之在其体也。大疾生乎忧者也。药之毒者能攻其疾之聚，而不若声之至者能和其心之所不平。心而平，不和者和，则疾之忘也。” 宜哉！奉亲者能琴，时为亲庭鼓一二操，亦足以娱悦其意，和平其心。

琴师六言云：“擘托抹挑打摘，先后轻重疾徐，最是一般妙处，更要其人读书，斯亦子弟藏修息游之一益云。

延方士：湖州东林沈东老，能酿十八仙白酒。一日，有客自号回道人，长揖于门曰：“知公白酒新熟，远来相访愿求一醉。”公见其风骨秀伟，巩然起迎。徐观其碧眼有光，与之语，其声清圆，于古今治乱、老庄、浮图氏之理无所不通知，其非尘埃中人也。因出酒器十数于席间曰：闻道人善饮，欲以鼎先为寿如何？公曰：“ 饮器中钟鼎为大，屈卮螺杯次之，梨花蕉叶最小，请戒侍人次第速斟，当为公自小至大以饮之。” 笑曰：有如顾恺之食蔗，渐入佳境也。又约周而复始，常易器满斟于前，笑曰：“ 所谓杯中酒不空也。”回公兴至即举杯，常命东老鼓琴；回浩歌以和之，又尝围棋以相娱。止奕数子辄拂去。笑曰：只恐棋终烂斧柯，回公自日中至暮，已饮数斗，无酒色。东老欲有所叩，回公曰：“闻公自能黄白之术。未尝妄用，且笃于孝义，又多阴功，此余每日所以来寻访而将以发之也。”东老因叩长生轻举之术，回公曰：“ 四大假合之身，未可离形而顿去。” 东老摄衣起谢，有以喻之。回公曰：“此古今所谓第一最上极则处也。”

雍饮将违旦，瓦中所酿，止留糟粕而无余沥。回公曰：久不游浙中，今日为公而来，当留诗以赠。然吾不学世人用笔书，乃就擘席上榴皮画字题于庵壁，其色微黄而渐加黑。其诗云：“ 西邻已富忧不足，东老虽贫乐有余。白酒酿来缘客，黄金散尽为收画。已而告别，东老启开送之，天渐明矣。握手并行，至舍西石桥，回公先度，乘风而去，莫知所适。

延名衲：成都一僧诵《法华经》甚专，虽经兵乱，卒不能害。忽一山仆至云：“ 先生请师诵经” ，引行过溪岭数重，烟岚中一山居。仆曰：“ 先生老病起晚，请诵至宝塔品。” 见报，欲一听之。至此果出，野服杖黎，两耳击肩，焚香听经罢，入不复出。以藤盘竹箸秫饭一盂，杞菊数瓯，无盐酪，美若甘露，得衬钱一环，仆送出路口，问曰：先生何姓？曰：姓孙。问何名？仆于僧掌中书“ 思邈”二字。僧大骇，仆遽失之。三日山中寻求，竟迷旧路，归视衬资，乃金钱一百文也。由兹一饭，身轻无疾。天禧中，僧一百五十岁矣，后隐不见。

一万一千六百十九卷

奚欠延方士谈真诰，时约名缁听梵书。二士共谈，必说妙法，真有所遇，岂不乐哉！

肃客：朱文公晚年野服见客，榜客位云：“ 荥阳吕公尝言洋洛致仕官与人相接，皆以闲居野服为礼，而叹外郡或不能然，其指深矣。某叨恩致事，前此蒙宾客下访，初亦未敢援此，遽以老人野逸自居。近缘久病，艰于动作，遂以野服从事。上衣下裳，大带方履，比之凉衫，自不为简。所便者束带足以为礼，解带足以燕居，且使穷乡下邑，复见京都旧俗之美，亦补助风教之一端也。又云；衷病之余，不堪拜跪。亲旧相访，亦望察此。非应受者并告权免，庶几还答，不至阙礼。

罗鹤林云：余尝于赵季仁处，其其服，上衣下裳，衣用黄、白、青皆可。直领，两带结之，缘以皂，如道服，长与滕齐，裳必用黄，中及两旁皆四幅，不相属，头带皆用一色，取黄裳之义也。别以白绢为大带，两旁以青或皂缘之，见侪辈则系带，见卑者则否，谓之野服，又谓之便服。

记事：周益公云：“ 苏子容闻人引故事，必令人检出处。司马温公闻新事，即便抄录，且记所言之人。故当时谚曰：古事莫语子容，今事勿告君实。”

司马公对宾客，无问贤愚长幼，悉以疑事问之，有草簿数牧，常致座间，苟有可取，随手抄录，或对客即书，率以为常。其书字皆真谨，刘元城见时，已有三十余册。

曾祖南谷文靖公，叔祖朴庵提刑，皆有日记。朴庵所记名《长土历》，有序云：司马温公日记凡十年作一帙，一日之事，无论善恶必载焉。限以十年，所以推一期进得与否也。夫子三十而立，自是十年，则有加于前矣。至从心之时，盖涉历四十年，圣人所以密推熟察以自验，其道艺所造，功力所成者至矣。大甲乙周而时已久矣。时愈久而行愈进，此圣人之所以为圣人也。温公之襄，岂其原亦出于此欤？ 《长生历》亦十年为一襄。二老相访：周益公以宰相退休，杨诚斋以秘书监退休，为庐陵二大老。益公尝访诚斋于南溪之上，留诗云：“杨监仝胜贺监家，赐湖岂比赐书华。回环自辟三三径，顷刻能开七七花。门外有田供伏腊，望中无处不烟霞。却惭下容非摩诘，无画无诗只谩夸。”诚斋和云：“相国来临处士家，山间草木也光华。高轩行李能过李，小队寻花到浣花。留赠新诗光夺月，端含老子气成霞。未论藏去传贻厥，拈向田夫野老夸。好事者绘以为图，诚斋题云：平叔曾过魏秀才，何如老子致元台。苍松白石青苔径，也不传呼宰相来。”用魏野诗翻案也。诚斋冢嗣东山先生伯子，以集英殿修撰致仕，家居年八十，云巢曾无疑益公门人也。年尤高，尝携茶袖诗访伯子，其诗云：“褰衣不待履霜回，到得如今亦乐哉！泓颖有时供戏剧，轩裳无用任尘埃。眉头犹自怀千恨，兴到何如酒一杯。知道华山方睡觉，打门聊伴茗奴来。”伯子和云：“雪舟不肯半途回，直到荒林意盛哉！蒿菊苞时披宿雾，木犀香里绝纤埃。锦心绣口击金薤，月露天浆贮玉杯。八十仙翁以许健，片云得得出巢来。其风味庶几可亚前二老云：二老相访，倡妍酬丽，四诗可观。放翁诗云：老人无一事，有兴即吟诗，唱者和者皆须兴到也。

储书：邵康节诗云：“花木四时分景致，经书万卷号生涯。有人若问闲居处，道德坊中第一家。”欧阳文忠公《六一堂记》云：“琴一张，棋一局，酒一壶，藏书一万卷，集录金

一万一千六百十九卷

石遗文一千卷，以吾一翁，老于此五者之间是为六一。陆放翁《书巢记》云：陆子既老且病，犹不置读书，名其室曰“书巢”。吾室之内或栖于椟，或陈于前，或枕藉于床，俯仰四顾，无非书者。吾饮食起居，未尝不与书俱，间有意欲起而乱书围之，至不得行，辄自笑曰：“此非吾所谓巢者耶。二公盖储书以自佚其老者也。丁度之祖头，尽其家赀以置书至八千卷，且曰：吾聚书多矣。必有好学者为吾子孙。”度力学有守，登服勤词学科，仕至参政。鲁子固平生嗜书，家藏至六万余卷，手自仇对，白首不卷，此储书以遗其子孙者也。孟子有贤父兄之言，惟以书教子弟者而后为贤。晋人有佳子弟之目，惟从父兄之教而知书者，而后为佳。唐杜荀鹤诗云：“欺春只爱和醅酒，讳老犹看夹注书。”放翁诗云：“灯前目力依然在，且尽山房万卷书。”

欧公诗云：“至哉天下乐，终日在书案。”家仲本云：“至乐莫如读书。至要莫如教子。”又云：人家教子弟如养芝兰，然既积学以培植之，又须积德以浇灌之。

子弟储书，正以备侍旁检阅，陈后山左右图书，日以讨论为务，其志专欲以文章名后世，夜与诸生会宿，忽思一事，必明烛翻阅，得之乃已。或以为可待且者，后山曰：“不然，人情乐因循，一放过则不复省矣。故其学甚博而精，尤好经术，非如唐之诸子。作诗之外，他无所知。魏衍昌世亦彭城人，从后山学，年五十余，见异书犹手自抄写，藏书数千卷云。

原藏上海东方图书馆

永乐大典卷之一万一千六百二十　　十四

原藏上海东方图书馆

老　寿亲养老书四

【寿亲养老新书】：余家严旧有《养老奉亲书》，其言老人食治之方，医药之法，摄养之道，靡所不载。余做之做以奉吾母范阳郡太夫人李氏，食饮起居，咸得其宜。寿高八旬而甚康健，则此书有益于人子大矣。然岁月既深，苍舒之久，字书模糊，编简脱落，惧后之览者不得其说。思获善本书而新之，以贻后人，求之数载弗果得，每郁郁以为欠事，至正辛巳夏五，余叨承有朝命，备负浙东宪使，访诸婺郡详教授李子贞，得寿亲养老书，睹其篇帙节目，比余旧本尤加详备。昔之郁郁者，一旦豁然矣。因自念曰：与其得之难，孰若传之广？遂命工锓梓于学宫，庶天下后世，皆得观览以尽事亲之道云，至正壬午中秋，范阳张士弘载拜书。

保养：安乐之道，惟善保养者得之。孟子曰：我善养吾浩然之气。太乙真人曰：一者少言语，养内气。二者戒色恣，养精气。三者薄滋味，养血气。四者咽精液，养胆气。五者莫嗔怒，养肝气。六者美饮食，养胃气。七者少思虑，养心气。人由气生，气由神住，养气全神，可得真道。凡在万形之中，所保者莫先于元气，摄养之道，莫若守中实内，以陶和将护之方。须在闲日，安不忘危，圣人预戒，老人尤不可不慎了。春秋冬夏，四时阴阳生病，起于过用。五胆受气，盖有常分，不适其性而强云为用之过耗，是以病生。善生者，保守真元，外邪客气不得而干之至于药饵往往招来真气之药少攻伐和气之药多，故善服药者，不如善保养，康节先生诗云：夹口物多终作疾，快心事过必为殃。知君病后能服药，不若病前能自防。郭康伯遇神人授一保身卫生之术云：但有四句偈，须是在处受持。揭云：自身有病自心知，身病还将心自医，心境静时身亦静，心生还是病生时，郭信用其言，知自护爱，康强倍常，年几百岁。

服药：沈存中云，人非金石，况犯寒暑雾露，既不调理，必生疾病，常宜服药，辟外气，和胆腑也。平居服七宣元，钟乳元，量其往冷热虚实，自求好方。常服红雪三黄元，

一万一千六百二十卷

青木香元，理中元，神明膏，陈元膏，春初冰解散天行，茵陈元散，皆宜先贮之以防疾发。忽有卒急，不备难求，其防老救急不可阙者，伏火丹砂保精养魄，尤宜长服。伏火硫黄益气除冷癖，理腰膝，能食有力，小还丹愈疾去风，伏火磁石明目坚骨，伏火水银压热镇心，金银膏养精神去邪气，如上方乐，固宜留心。其余丹火须，鲁神助，不可卒致。有心者亦宜精恳，或遇其真。

贮药：圆散皆以深荀沙合盛之，勿用有油。即受湿，外为漆椟，椟荀亦欲深，深则湿气难入，椟中侠灰净磨之，勿漆则不受润。更集缯纩为补，原补之。更以毡冒积口，纵有润气自缝中入，京为毯纩所状。暑月三焙之，遇两则入温室，贮茶如此亦善。药璞新慈缶盛，蜡纸幕之，悬东严楣上，令常得晨日。勿令沾雨，主阴则一焙，移置深室，晴复出之，类品同一圣可也。喜蛀，物用旧鲁贮油麻罐净拭，置药其中，即不蛀。

阁：南方暑雨时，茶药图籍皮毛胶湖物弓剑色衣笔墨之类，皆恶蒸溽，悉可置在阁中。若山居，即依山为阁，其高去地一丈，则不复有蒸润。阁中循壁为厨，厨三层，壁仍板弥之，前后开窗，梁上为长，物可悬者悬于，余悉置格上。天日明燥，即大开门窗，令纳风日，阴晦则密闭，中设温炉，常令火气郁郁然。

又法：温门合中布卧床，床下新出窑炭实之，乃置物床上，求不蒸润，更不须着火，其炭至秋供烧，明年复易新炭，床上慎不可卧，卧者多病喑，屡有验，盖为火气所烁也。

又法：有余力则设一小阁子，但去地盈丈以上，自无蒸矣。　　集方：凡人少长老，其气血有盛壮衰三等。岐伯曰：少火之气壮，壮火之气衰，盖少火生气，壮火散气，况复衰火，不可不知也。故治法亦当分三等，其少日服饵之药，于壮老之时皆须别处之。陈令尹集方俱为老人备用，今所续编，亦皆据平日见闻，为老人对证处方者品列之。

天下受拜平胃散：常服温养脾元，平和胃气，宽中进食，仍治脾胃不和，高气噎塞，呕吐酸水，气刺气闷，胁肋虚胀，腹痛肠鸣，胸膈痞滞，不美饮食。

川厚朴，去鹿分皮秤，陈橘皮，汤洗不去穰甘草以上各三两南京

小枣，二百枚去核切。生姜，和皮四两，薄切茅山苍术。五两去皮米泔浸一宿剁。

右六味，用水五升，慢火煮干，捣作饼子，日干再焙，碾为细末，每贰钱入监少许点，如泄泻每服参钱，生姜五片，乌梅贰个，监少许，水一盏半，煎八分服。

此药人人常服，独此方煮透，滋味相和而美，与众不同，所以为佳。老人尤宜服之。

易简方：缩脾饮，草果乌梅，缩砂，甘草，各等分。干葛，白扁豆，各减半。老人加附子，每服五钱，水一，生姜十片，煎至八分，浸以熟水，令极冷。暑月用此代熟水饮之极妙。

降气汤：老人虚气上壅，当间以生附子加生姜煎，临熟以药汁浓磨沉香水再煎一沸服之，尤为稳当。调气散：老人寒疝作疼，不可攻掣，改为嗲咀。每服三钱，水一火盏，生姜紫苏盐煎服，或煎茴香监酒调下末子亦得。养正丹：年高人胆腑寒秘者，尤宜服之。来复丹：老人寒秘，悉能主之，一法治老人寒气入腹，小便不通者，用生姜半两，连根叶和泥葱一茎，监一捻，豆豉五十

原藏上海东方图书馆

粒，烂研略炒，盒脐中心作两剂，更易用之，以利为度，亦良法也。震灵丹：老人血痢，白梅茶下。红圆子：治大人小儿脾胃等患，极有神效。治病不能伤耗真气，应老人小儿妊妇，皆可服之。青州白圆子：治一切痰涎为患，赏服有功。咳嗽痰实，咽喉作声，老人小儿，皆宜服之。予家已刊易简方，大字本，兹不赘述本方。秘传六和元：益老扶羸，肋脾活血，进美饮食，第一平和之剂。熟地黄，十两　破故纸，　免丝子，　白茯苓，去黑皮山药，并同十两晒干　胡桃。五十颗须用赣州信丰产者佳右先将熟地黄破故纸免丝子三味酒浸一宿，次早饭甑上蒸，日中曝干，九浸九蒸九曝，候十分干，次和白茯苓山药二味，杵臼中舂令极细为末，次用胡桃研烂，和五味令匀，用酒煮面糊为丸，如梧桐子大，每服三十丸，空心温酒盐汤下。此方不犯铁气，所以佳妙。

神仙不老丸：不老仙方功效殊，驻颜全不费工夫，人参牛膝川巴戟，蜀地当归杜仲俱，一味地黄生熟用，免丝柏子石菖蒲，更沃枸杞皮兼子，细末蜜丸梧子如，早午眠三次服，盐汤温酒任君须，忌冷三白并诸血，能使须乌发亦乌。

人参，新罗者须是团结得实滋润，去芦头，刷洗净，焙，干薄切，焙燥秤二两，川牛膝，长三四尺而滋润者去苗，刷洗净，焙干寸截用酒浸一宿，焙澡，秤一两半。　川巴戟，色黑子沉重，大而穿心者佳，若色带黄而浮轻者晨，刷洗净，焙干强切，刷酒浸一宿，焙燥秤二两。川当归，大茎其稍如马尾状，滋润卒芬香者，去芦头，刷净洗。焙干细切，用酒浸一宿，焙燥秤贰两。杜仲，截之多系者，削去鹿皮，只取其肉，如取肉挂之法，然后刷洗净焙干，横理剁之如豆，用麦肤炒，令系断色黑，去肤别磨秤一两半。地黄，冬节前取，以水浸沉者为是。以其浮者捣取汁，浸令淡，蒸毕焙干，如是者三，色黑味甘为度，用时以生干熟二种焙干。酒浸一宿，漉出，竹刀细切，焙干各秤一两，忌针器。兔丝子，小如芥子，极坚硬者佳，大而轻者非。用新而撮起挪洗，焙干，以酒浸一宿，又添酒浸一宿，漉出，将温汤淋去酒，焙燥，别磨，秤二两。柏子仁，色红而滋润者，去谷取仁秤一两，细研，临时和入众药。石菖蒲，紧细节密者，去毛，刷洗净，焙干。米泔浸一宿，再焙干细切，焙燥秤一两。枸杞子，色白而肥润，去蒂洗净，焙干，用酒浸一宿，焙干秤一两。地骨皮，色黄入手轻者佳，重者非，略去浮皮，净洗，焙干薄切，焙干秤一两。右十二味，选之贵精，制之如法，不可晒。只用慢火焙，若太燥，则又失药气。只八分干，即于风前略吹，令冷热相激，便十分燥。取净秤分两，磨如细散，炼白蜜，以火日搜和，入木石臼内捣数百杵，圆如梧桐子大。每日空心午间临卧三次服，每服七十粒，监酒监汤任下，忌食葱白，韭白，芦菔，豆粉，及藕诸般血，盖藕能破血，诸血能鲜药力。若三白误食，亦无它，止令人须发返白耳。合时忌机触，并妇人孝子鸡犬等见。

陈书林晔云：此方非特乌髭发，且大能温养荣卫，补益五胆，和调六腑，滋充百脉，润泽三焦，活血胁气，添精实髓，须是节欲，使药力相须，乃见功效之速。

一万一千六百二十卷

三仙丹：又名长寿圆。一乌二术三茴香，久服令人寿命长，善治耳聋并眼暗。尤能补肾与膀胱，顺气搜风轻腰膝，驻颜活血鬓难苍，空心温酒盐汤下，谁知凡世有仙方。

川乌头：一两，去皮尖，剁作骨子块，用盐半两炒焚烈。茴香，三两炒香苍术，二两，米泔浸一宿，用竹刀刮去陈皮，切片用葱白一握，共炒黄。右为细末，酒糊为丸如梧子大，每服五十丸，空心食前温盐酒，或盐汤下，一日两服，切忌诸血。陈书林云：先公晚年常服此，饮啖倍进，后见钱都仓年八十，须鬓皆黑，询其所以，云自三十岁以后，日进一服。

八仙丹：治虚损，补精髓，壮筋骨，益心智，安魂魄。令人悦泽，驻颜轻身，延年益寿，闭固天癸。伏火朱砂，真磁石，赤石脂，代赫石，石中黄，禹余粮，豆味益用醋淬乳香，设药，八味各一两右为细末，匀研极细，糯米浓饮丸如梧桐子大，或如豆大，每服一粒，空心监汤下。有人年几七旬，梦漏羸弱，气然虚损。得此方服之，顿尔强壮，精气闭固，饮食如旧。草还丹：延年益寿，耐寒暑，能双修德行，可登地仙。补骨脂，熟地黄。远志，地骨皮，牛膝，石菖蒲。右等分末，酒糊为丸，如梧桐子大，每服三五十丸，空心日午温酒下，盐汤熟水亦可。大治虚劳白浊，乃翊圣真君降授与张真人方，服之百日，百病除。二百日，精髓满，视德倍常，神听气爽，瘟疫不侵。服三百日，步骤轻健，鬓发如漆，反老还童。

小丹：益寿延年，安宁神志，魂魄流滋，气血脉络，开益智慧，释散风湿，耳目聪明，筋力强壮，肌肤悦泽，气宇泰定。

熟地黄，肉苁蓉，酒浸各六两　五味子，兔丝子，酒浸各五两　柏子仁，别研　石斛，巴戟去心，天门冬去心，蛇床子炒，覆盆子各二两，续断，泽泻，人参，山药，远志去心炒焦，山茱萸菖蒲桂心，白茯苓，林仲，剁炒丝断各二两　天椎，泡去皮脐秤一两炼成钟乳粉，扶衰三两，续老二两，常服一两，气完则拆去。

右为末，蜜丸如梧桐子大，食前酒服三十丸至五十丸，忌五辛，生葱，芜荑，饧鲤虚人多起，去钟乳，倍地黄，多忘倍远志，茯苓，少气神虚，倍覆盆子，欲光泽，倍柏子仁。风虚，倍天雄，虚寒，倍桂心。小便赤浊，三倍茯苓，一倍泽泻，吐逆倍人参。

此方补劳益血，去风冷，百病诸虚不足，老人精枯神耗，女子绝伤断绪，并皆治之。

交感丹：俞居易之祖通奉云：予年五十一岁，遇铁壅早先生授此秘术，确志行持，服食一年，大有精益。平日所服药一切屏去，而饮食嗜好，不减壮岁，此药之功大矣。今年八十有五，享天寒之寿，妥以秘方传之世，人普愿群生，同登道果，后有牙药，可同用之。

伏神，四两香附子。一斤用新水浸一宿臼内锤去毛炒令黄色右为细末，炼蜜圆如弹子大，每服一丸，早晨细嚼，用降气汤下。

原藏上海东方图书馆

降气汤：伏神，一两香附子，半两制法如前甘草。一两半炙右为细末，每服二钱，沸汤点下前药。
揩牙法：香附子，五两，修治如前法，捣生姜四两，同淹一宿，炒令焦黑。青盐。二两，研细拌匀，同上药收。右每夜临卧，以少许揩牙如常法。
神仙训老丸：昔有宣徽使在钟南山，路边见村庄一妇人，年方二八，持杖责一老儿，年约百岁。宣徽驻车令问何故？妇人至车前云：此老儿是妾长男。宣徽怪之，下车问其仔细。妇人云：适来责此长男，为家中自有神药，累训令服，不肯服，至今老迈，鬓发如霜，腰曲头低，故责之。宣徽因恳求数服并方以归，常服延年益寿，气力倍常，齿落再生，发白再黑，颜貌如婴儿。生干地黄，熟干地黄，各五两川椒，十两不去核牛膝，五两，酒浸了为末。大黑豆，一升生用干山药，五两雌雄何首乌，各十两，雌者白，雄者赤，雄者不碾。肉苁蓉，五两枸杞，五两木蒿本。十两洗右将雌何首乌为末，用水甑内旦辰蒸，日出晒，夜间露，如此九蒸，九晒，九露数足，焙焦为末，酒糊丸如梧桐子大，空心温酒盐汤下，忌萝葡。此药性渐无毒，治百病，补下元，光泽皮肤，婴儿亦可服之。
经进地仙丸：凡丈夫妇人，五劳七伤，肾气衰败，精神耗散，行步艰辛，饮食无味，耳焦眼昏，皮肤枯燥，妇人胆冷无子下部秽恶，肠风痔漏，吐血泻血诸风诸气并皆治之。
川牛膝，酒浸一宿切焙　肉苁蓉，酒浸一宿切焙　川椒，去目附子，炮已上各四两木鳖子，去谷地龙，去土巳上各三两覆盆子，白附子，兔丝子，酒浸研赤小豆，天南星，防风，去芦骨碎补，去毛何首乌，草蘚，川羌活，金毛狗脊，去毛乌药，巳上各二两绵黄耆，人参，各一两川乌，炮白茯苓，白术，甘草。各一两右为细末，酒煮面糊乌圆如梧桐子大，每服二四十圆，空心温酒下。陶隐居以此方编入道藏，时有人母幼年得风气疾，久治不瘥，五十余年，隐居处此方修合，日进二服，半年母病顷愈，发白返黑，齿落再生，至八十岁颜色如少年人。血气筋力倍壮，耳目聪明，其家老仆七十余岁，窃服此药，遇严冬御乡希葛履霜雪，无寒色。有别业去家七十里，每使老仆往返不移时，又能负重，非昔时
比，儿成地仙。
八味丸：刘戴花方，老人常服，延寿延年。川巴戟，一两半，酒浸去心，用荔枝肉一两同炒，赤色去荔枝肉不用。高良姜，一两，剁碎，用麦门冬一两半，去心同炒，赤色为度，去门冬子。川练子，二两去核，用降真香一两，剁碎同炒，油出为度，去降
真香。吴茱萸，一两半去梗，用青盐一两同炒，后茱萸炮同用。胡芦巴，一两用全蝎十四个同炒，后胡芦巴炮，去全蝎不用。山药，一两半用熟地黄，同炒焦色去地黄不用。茯苓，一两，用川椒一两同炒，赤色去椒不用。香附子，一两半，去毛同牧丹皮一两同炒，焦赤色去牧丹皮不用。右一处研为细末，盐煮面糊为丸，如梧桐子大，每服四五十丸，空心食前盐汤下，温酒亦得。　此方温平，补肝肾清上实下，分清浊二气，补丹田，接华池真水，三车不败，五漏不生，热不流于上膈，冷不侵于脾胃。令人耳目聪明，治积年冷病，除累

一万一千六百二十卷

岁沉，兼治遗精白浊，妇人赤白带下，其效如神。

双补丸：刘上舍之祖，在京师辟雍，得史载之家传方，服此四十载，享年八十七岁。熟地黄，半斤补血兔丝子。半斤补精右为细末，酒糊为丸，如梧桐子大，每服五十丸，人参汤下。此方治下部虚冷，平补不熟不燥，气不顺，沉香汤下，心气虚，茯苓汤下，心经烦燥，酸枣仁汤下，小便少，车前子汤下。小便多，益智汤下。

二黄丸：黄德延曰：夫人心生血，血生气，气生精，精盛则髯发不白，颜貌不衰，可以延年益寿。其夭阏者多由服热药，性燥不能滋生精血也。予深烛此理，以谓药之滋补，无出生熟二地黄，天麦二门冬，世人徒知服二地黄，而不知以门冬为引导，则服二地黄者徒过去尔，生地黄生精血，用天门冬引入所生之地，熟地黄补血，用麦门冬引入所补之地，四味互相该说载于《本草》可考而知。而又以人参为通气之生，使五味并归于心，药之滋补，无出于此。生地黄，熟地黄，天门冬，去皮麦门冬，去心各一两人参。一两右一味为末，炼蜜为丸，如梧桐子大，每服三十丸，至五十丸，空心温酒盐汤下。此方常服，十日明目，千日不渴，自此以往，可以长生。予登真人之位，此药之功也。扶羸黑白丹：治年尊气血虚耗，精血少，不能荣养经络，精神枯瘁，行步战掉，筋脉缓纵，目视茫茫。黑丹：用麋茸去床骨皮毛，酒浸一宿，酥炙令黄，又用鹿茸，事治如麋茸之法，各等分并为细末，酒糊为丸，如梧子大。白丹：用钟乳粉一味，糯米糊为丸。右用此二丹杂之而服，如觉血少，即多用黑丹，如觉气不足，即多用白丹温酒或米饮吞下，空心食前服。史丞相常服此二丹。还少丹，西川罗赤脚方，大补心肾，治一切虚败，心神耗散，筋力顿衰，腰脚沉重，肢体倦怠，血气羸乏，小便昏浊，服药五日，颇觉有力，十日精神爽健，半月气稍壮，二十日耳目聪明，一月夜思饮食，久服令人身体轻健，筋骨壮盛，怡悦颜色。妇人服之，姿容悦泽，大暖子宫，去一切等疾。山药，牛膝，酒浸一宿，焙干，已上各二两。远志，山茱萸，白茯苓，五味子，肉苁蓉，酒浸一宿，切焙干。石菖蒲，巴戟，去心楮实子，杜仲，去粗皮，姜汁并酒涂。茴香，各一两枸杞子，熟干地黄。各半两右为细末，炼蜜入枣肉为丸，如梧桐子大，每服三十丸，温酒监汤下，日进三服，空心食前。看证候加减用药，身热，加山杷子一两，心气不宁，加麦门冬子一两。精液少，加五味子一两，阳气弱，加续断一两。胜骏元：治老人元气不足，真气虚弱，及诸虚寒湿气进袭，手足拳挛，屈伸不得，筋脉不舒，行步不随。常服益真气，壮筋骨，治肤，散一切风。附子一枚，重八九钱重， 去皮脐。当归，一两， 酒浸一宿。天麻，酒浸牛膝酒浸，酸枣仁，炒防风，各二两熟地黄，酒浸没药，别研木香，不见火全蝎，去皆足稍尾羌活，甘草，炙槟榔，草蘚，炒苁蓉，酒浸破故纸，巴戟，各一两木瓜，四两麝香，二钱半别研乳香，半两别研右二十味，除乳香没药麝香别研外，捣罗为末，用生地黄三斤净洗，研烂如泥，入无灰酒四升，烂煮如膏，以前药拦匀，杵令坚，每两分作十丸。每服一丸，细嚼临卧酒送下，如服半月，见效甚速，无事人服此亦壮筋力，行步如飞，故名胜骏。此药专在地黄膏，要熬得好，惟春夏好合，以有生地黄也。若合半刘，每味减半。

散：老人脾胃久弱，饮食全不能进，两服主效。王医继先进高庙方。附子，七个炮丁香，

原藏上海东方图书馆

藿香叶，官桂，木香，各三钱人参。半两右为末，每服二大钱，以寻常辣糊半盏，热调服，用匙挑服之。
姜黄散：治老人脾泄。
鹰抓黄连一两，断作小段。生姜四两，净洗和皮切作骨子块。右于银器内同炒得姜焦黄色去姜以黄连碾为细末，腊茶清调下二钱，不拘时。吴兴沈漕德器传
通利散：治老人秘[氵止]。
和剂方，嘉禾散，须用广州增城县随风子
右每服三大钱，水一盏半，生姜三片，枣二枚，煎至七分，入蜜一匙，再煎去滓，不拘时，制师谢尚书用光传。
脾约元：治老人津液少，大便燥，小便[氵止]，其脾为约。
大黄，二两酒洗焙厚朴， 枳谷，白芍药各半两麻子仁，一两微炒杏仁。三分
右为末，蜜丸如梧桐子大，每服二十丸，温水下，加至三十丸。
磨积丸：治老人，磨事积，去浮肿。
厚朴，白姜，缩砂，胡椒，青皮，苍术，麦芽，陈茱萸，肉桂，不见火
右用醋同监煮，再焙干为细末，酒糊为丸，如梧桐子大，每服十丸日午或临睡，香附子前汤吞下，橘皮汤亦得。此方老幼常服，状脾进食。白芷丸，治老人气虚头晕。
白芷，石斛，干姜，各一两半细辛，五味子，厚朴，肉桂，防风，茯苓，甘草，陈皮，各一两白术。一两一分右为细末，炼蜜丸如梧桐子大，每服三十丸，清米饮下，不饥不饱服。邵致还年八十有古，有此疾，和此方，数服即愈，杨吉老传治眼昏夜光肩神丸：养神明，肩精气，主健忘益吞，聪心补血，不壅燥，润颜色，远[目示]移时，目不[目充目充]，胆腑调适，久服目光炯然，神宇泰定，语音清彻，就灯永夜，眼力愈壮，并不昏[氵止]，不睡达旦，亦不倦怠，服两二月后，愈觉神清眼有，志强力盛，步履轻，体气舒畅，是药之效，常饵如饮食，一日不可辍，惟在修合洗濯洁净，药材须件件正当，不宜草率。
熟地黄，洗晒干酒浸还志，净洗， 就砧上槌碎， 取皮， 去骨木。牛膝，去芦兔丝子，净洗听干， 以酒浸别研如泥枳谷，净洗去穰， 肤炒赤色地骨皮，涣自取净洗， 净砧上槌打取皮。当归，净洗听干焙亦得以上七味各等分，逐一秤过分两，平除地黄兔丝子别器用酒浸，其余五味同剁细，共入钵内，或慈瓦雍内，若每件十两，都用第一等无灰浓酒六升，同浸三宿，取出，文武火焙干，须试火令得所，不可太猛，恐伤药性，十分焙干，捣罗为末，以两手拦令十分匀，炼蜜为丸，如梧桐子大，每服空心盐酒下三十丸，加至四五十丸亦不妨。若不饮酒，盐汤亦得，但不如酒胜。炼蜜法冬五滚，夏六七滚，候冷，以纸帖惹示沫，丸后，都入微火焙少顷，入瓮收，陈书林云：黄牧仲司谏常服此药，悦年目视甚明，因传此方。李守愚取黑豆紧小而圆者，侵晨以井花水吞二七粒，谓之五藏谷，到老视听不衰。
《本草》云，熟地黄，麦门冬，车前子，相杂治内障眼有效，屡试信然，其法细捣罗，蜜

一万一千六百二十卷

丸如桐子大，三药皆美，捣罗和合，共常某香，真奇药也。

牢牙乌髭方：绍定壬辰，江淮赵大使克复盱眙，时纳合行省相公名买住来金陵，予在赵监军德同会，纳合年逾七十，鬓发髭须皆不白，质其所由，谓吾国有行台出典藩镇，髭须皓然，数载归朝，而须发皆黑。人怪其异，自序遇一方，牢牙乌髭，岁镰得效，因传其方，却不言，分两。续乙巳年，会张经历朝请，始得分两云。紫壶温尉序旱莲草，二两半

此草有三种，一种是紫菊花炉火客用之，此一种再就北人始识之，本草中名鲤肠草，孙真人千金方名金陵草，浙人谓之莲于草，其子若小莲蓬故也。

芝麻莘，三两此是压油了床枯饼是也。诃子，二十个并核剁不蛀皂角，三铤月蚕沙，二两青盐。三两半盖青盐，吾乡少且贵价，只以食盐代之，但药力减少。川升麻，三两半，最治牙疼。右为末，醋打薄糊为丸，如弹子大，才然作饼子，或焙或晒以干为度，先用小口磁瓶罐子，将纸筋泥固济曝干。入药饼在瓶内，糖灰火中烧令烟出，若烟淡时药尚存性，急取退火，以黄泥塞瓶口，候冷，次日出药，旋取数丸旋妍为末，早晚用如揩牙药，以温汤灌嗽，使牙药时，项少候片时，方始灌漱。久用功莫大焉。乌髭方甚多，此方颇为奇异，故抄之。吾祖知孙承议公家传，常用牢牙方。荆芥，不见火土芎，细辛，当归。右为末，使时未可便用水漱，须令药气入牙内良久方漱为佳。常用，至老，牙不动摇。东坡治脾节饮水说：脾能母养余藏，养生家谓之黄婆。司马子微著天隐子，独教人存黄气主泥丸，能致长生。太仓公言安谷过期，不安谷不及期，以引知脾胃全固，百疾不生。近见江南一老人年七十三，状貌气力如四五十，人问其所得，初无共术，但云平生习不饮汤水耳。常人日饮数升，吾日减数合，但只沾唇而已。脾胃恶湿，饮少胃强，气盛液行，自然不湿，或骨暑还行，亦不念水，此可谓至言为烦，周晏叔比得肿疾，皆以利水药去之。中年以后，一利一衰，岂可数乎？当及今无病时，力养胃气。若土能制水，病何由生？向陈彦井云：少时得此疾，服当归防已之类皆不效，服金液丹灸脐下乃愈，此亦固胃胁阳之意。但火力外物，不如江南老人之术，姜桂辣药，例能胀肺，多为肿媒，不可服。

陈书林云：友人陈吴卿，年六十二，面色光泽，扣之以何道致此。云常时绝不饮汤水，虽美法上亦少呷，参以坡公之说，方审吴卿之言为信。饮食用暖，王　密人，尝食道傍，有一老人进言饮食须用暖，盖脾喜温，不可以冷热犯之，惟暖则冷热之物至脾皆温矣，又因论饮食太冷热，皆伤阴阳之和，晁氏客语。

戒夜饮说：酒古礼也。奉祭祀，会宾亲，制药饵，礼有不可缺者，用之有时，饮之有度，岂可以为常而不知节哉！礼经宾主百拜而酒三行者，盖重其道而不容轻故尔。岂令人浮沉于其中乎？予家祖父处士养生，惟务淡薄，皆享年八九十上下。予自幼年，性喜恬退，今又七十余矣。饮酒止一　盏，才夜即睡，明早即起，居常既罕病，且康健，亦自知节戒之功然也。人生天地间，贫贱者多，贵而富岂易得哉！倘能戒夜饮，顺阴阳，正寤寐，保精气，使一身神识安宁，百邪不侵，安享天年，岂不幸欢！好生君子，审而察之。此序见陈氏经验方，　不记何人所作。

原藏上海东方图书馆

擦泳泉穴：其穴在足心之上，湿气皆从此入，日夕之问常以两足赤肉，更次用一手握指，一手磨擦，数目多时，觉足心热，即将脚指略略动转，倦则少歇，或令人擦之亦得，终不若自擦为佳。陈书林云：先公每夜常自擦至数千，所以晚年步履轻便。仆性懒，生卧时只令人擦，至睡熟即止，亦觉得力。乡人郑彦和自太府丞出为江东仓，足弱不能行，枢莞黄继道教以此法，逾月即能拜跪人丁邵州致还病足，半年不能下床，遇一道人亦授此法，久而即愈，今笔于册，用告病者，岂曰小补之哉！

东坡云：杨州有武官侍真者，官于二广千余年，终不染瘴，面色红腻腰足轻快，初不服药，唯每日五更起坐，两足相向，热磨泳泉穴无数，以汗出为度，欧公平生不信仙佛，笑人行气，悦年云：数年来，足疮一点痛不可忍，有人传一法，用之三日，不觉失去。其法重足坐，闭目握固，缩谷道，摇[风占]为之，两足如气球状，气极即休，气平复为之。日七八，得暇即为，乃般连捷法也。文忠痛已即废，若不废，当有益，又与王定国书云：摩脚心法，定国自己行之，更请加工不废，每日饮少酒，调节饮食，常令胃气壮健。泳泉穴， 在足心陷者中。屈足卷指宛宛中， 足少阴脉所出为井地。

擦肾腧穴：陈书林云：余司药市仓部输羌诸军请米受筹，乡人张成之为司农丞监史同坐，时冬严寒，余一二刻问，两起便溺，问曰何：频数若此？苍曰：天寒自应如是。张云：某不问冬夏，只早晚两次，余念之曰：有导引之术乎。曰：然。余曰：旦夕当北面。因暇专住叩请，荷其口授。曰：某先为李文定分家婿，妻弟少年遇人有所得，遂教小诀，临卧时，坐于床垂足，解衣闭气，舌柱上腭，目枧顶，仍提缩谷道，以手磨迭两肾腧穴，各一百二十次，以多为妙，毕即卧，如是三十年，极得力，归禀老人，老人行之旬日，云：真是奇妙。亦与亲旧中笃信者数人言之皆得效，今以告修练之士云。

东坡酒经：南方之氓，以糯与鸡，以卉药而为饼，嗅之香，嚼之辣，揣之枵然而轻，此饼之良者也。吾始取面而起肥之，和之以姜液蒸之，使千裂绳穿而风泪之，愈久而益悍，此麴之精者也。米五斗为率而五分之。为二斗者一，为五升者四，三斗者以酿，五升者以投，三投而止，尚有五升之赢也。如酿以四两之饼，而每投以二两之麴，皆泽以少水，足以散解而匀停了。酿者必壅按百井泓之，三日而井溢，此吾酒之萌也，酒之始萌也。甚烈而微苦，盖三投而后平也。凡饼烈而麴和，投者必屡尝而增损之，以舌为权衡也。既溢之，三日乃投，九日三投，通十有五日而后定也。既定，乃注以斗水，凡水必熟而冷者也。凡酿与投必寒之而后下此炎州之令也。既水五日乃刍得三斗有半，此吾酒之正也。先刍半日，取所谓赢者为粥，米一百水三之，揉以饼麴凡四两，二物并也，投之糟中，熟[才闰]而再酿之五日压得斗有半，此吾酒之少劲者也。劲正含为四斗，又五日而饮，则和而力，严而猛也。刍不旋踵而粥投之，少留则糟枯中风而成酒病也，酿久者酒醇，而丰速者反是，故吾酒二十日而成也。

洪内翰曰：此文如大牢八珍，咀嚼不嫌于致力，则真味愈隽永。今附编，与耆英喜文章者玩之。

欧公《醉翁亭记》用二十一也，字此经用十六也字，每一也字上必押韵，暗寓于

一万一千六百二十卷

赋，而读之者不觉其激昂渊妙，殊非世间笔黑所能形容也。

仲长统《乐志论》：使居有良田广宅，背山临流，沟池环匝，竹木周布，场圃筑前，果园树后，舟车足以代步涉之难。使令足以息四体之役，养亲有兼珍之善。妻孥无苦身之劳，良朋萃止，则陈酒肴以娱之。嘉时吉日，则烹羔豚以奉之，踌躇畦苑，游戏平林，濯清水，追凉风，钓游鲤，弋高鸿讽于舞雩之下，永归高堂之上，安神闺房，思老氏之玄虚，呼吸精和，求至人之仿佛。与还者数子，论道讲书；俯仰二仪，错综人物。弹南风之雅操，发清商之妙曲，逍遥一世之上，脾睨天地之间，不受当时之责，永保性命之期。如是则可以陵霄汉，出宇宙之外矣。岂羡夫入帝王之门哉！

照袋：王少保仁裕每天气和暖，必乘小驷，从三四苍头，携照袋贮笔砚韵略刀子片戋纸并小乐器之类，名园佳墅，随意所适，照袋以乌皮为之，四方有盖并樽，五代士人多用之。偶阅此事， 寓笔于兹， 视沈存中游山之具， 尤为简便。

处方：人有常言，看方三年，与病可治，治病三年，与药可用，噫有是哉！余近苦脚膝酸疼，吕惠卿处以经进地仙丹，连服二日而愈。由是知天下无不可治之病，医书无不可用之方，特在于遇医之明不明耳。地仙丹见前第十八方。

食治方：凡饮养阳气也，九食养阴气也。天产动物，地产植物，阴阳禀质，气味浑全。饮和食德，节适而无遇，则入于口，达于脾胃，入于鼻，藏于心肺，气味相成阴阳调神乃自生，盖精顺五气以为灵若食气相恶则伤其精，形受五味以成体。若食味不调，则伤其形，阴胜则阳病，阳胜则阴病，所以谓安身之本，必资于食，不知食宜不足以存生，古之别五肉五果五菜，必先之五谷，以夫生生不穷，莫如五谷为种之美也。苟明此道，安腑胆，资血气，悦神爽志，平去疾，何待于外求哉！孙真人谓医者先晓病源，知其所犯，以食治之，食疗不愈，然后命药。陈令尹书食治之方已备，续编糜粥之法已详，此卷所编诸酒诸煎食治方，有草木之滋焉，老人平居服食可以养寿而无病，可以消患于未然。临患用之，可以济生而速效也。

食治诸方，不特老人用之，少壮者对证疗病，皆可通用，负阴抱阳有生所同，食味和调，百疾不生，保生永年，其功则一。

真一酒：米麦水三一而已，此东坡先生真一酒也。拨雪披云得乳泓，蜜蜂又欲醉先生。真一色味， 颇类予在黄州日所酝酒也。

稻垂麦仰阴阳足，器漱泉新表里清。晓日着颜红有晕，春风入髓散无声。人间真一东坡老，与作青州从事名。

东坡云：予在白鹤新居，登道士忽扣门，时已三鼓，家人书寝，月色如霜，其后有伟人衣恍榔叶，手携斗酒，丰神英发如吕洞宾，曰：子尝其一酒乎？就坐，三人各饮数杯，擎节高歌，袖出一书授予，乃《真一法》及修养九事，其末云：九霞仙人李靖，既出恍然。

桂酒：《楚词》曰：奠桂酒号椒浆，是桂可以为酒也。有隐居者，以桂酒言教吾，酿成而玉色香味超然，非世间物也。

雍捣香节辣入饼盆，盎盎春溪带雨浑。收拾小山藏社缶，招呼明月到芳樽。酒材已遣门生致，菜把仍叨地主恩。烂煮发羹斟桂醑，风流可惜在蛮村。

原藏上海东方图书馆

天门冬酒：醇酒一斗，六月六日麦曲米一升，好糯米五升作饭，天门冬煎五升，米须淘讫晒干，取天门冬汁浸，先将酒浸曲如常法，候炒饭适寒温，用煎和饭，令相入投之，春夏七日勤看，勿令热，秋冬十日熟。庚辰岁正月十二日，天门冬酒熟，予自漉之，且漉且尝，遂以大醉。雍自拨床头一瓦云，幽人先已醉奇芬。天门冬熟新年喜，麦曲米春香并舍闻。菜圃渐疏花漠漠，竹扉斜掩雨纷纷。拥裘睡觉如何处？吹面东风散缬纹。山药酒：补虚损，益颜色。用薯蓣于砂盆内细研，然后下于铫中，先以酥一大匙熬令
香，次旋添酒一盏，搅令匀，空心饮之。川人黄葛峰次辰，冬月霜晨，常以待客。又方：治下焦虚冷，小便数，疲损无力。生薯药半斤，刮去皮，以刀切碎，研令细
烂，于铛中着酒，酒沸下薯，不得搅。待热，薯盐葱白，更添酒，空服饮三二盏妙。
菖蒲酒：通血脉，调荣卫，主风治骨。立痿黄，医所不治者，服一剂经百日，颜色丰足，气力倍常，耳目聪明，行及奔马，发白更黑，齿落再生，尽夜有光，延年益寿，久服得与神通。
菖蒲。右捣绞取汁五斗，糯米五斗，炊熟细麴五斤，捣碎，相拌令匀，入磁器密盖三七日即开，每温服一中盏，日三。
又方：菖蒲三斤薄切，日中晒令极干，以绢囊盛之，玄水一斗清者，玄水者酒也悬引菖莆，密封一百日，出视之如绿菜色，以一斗熟黍米内中，封十四日，间出饮酒，则三十六种风，有不治者悉较。
又方：菖莆。一斗细剁， 蒸热生术一两去皮， 细剁。右二味都入绢袋盛，用清酒五斗，入不漏瓮中盛，密封。春冬二七，秋夏一七，日取
开。每温饮一盏，日三。令人不老强健，面色光泽精神。菊花酒：壮筋骨，补髓延年，益寿耐老。菊花，五升生地黄，五升枸杞子根，五斤右三味都捣碎，以水一石，煮出汁五斗，炊糯米五斗，细麴碎令匀，入瓦内密封。候熟澄清，每温服一盏。东坡云：菊黄中之色，香味和正，花叶根实，皆长生也。又云：仙姿高洁，宜通仙
灵。紫稣子酒：紫稣子，一升微炒清酒，三斗右捣碎，以生绢袋盛，纳于酒中，浸三宿，少少饮之。日华子云：苏子主调中，益五脏，下气补虚，肥健人，润心肺，消痰气。枸杞子酒：明目驻颜，轻身不老，坚筋骨，耐寒暑，疗虚羸黄，瘦不能食。服不过两
剂，必得肥充，无所禁断。枸杞子，五开干者捣生地黄，切三升大麻子。五升捣碎右先捞麻子令熟，摊去热气，入地黄枸杞子相和得所，纳生绢袋中，以酒五斗浸之，
密封春夏七日，秋冬二七，日取服，多少任意，令体中微有酒力醺醺为妙。谚云：去家千里，勿食萝摩枸杞。此言其补益精气，强盛阴道，久服令人长寿，叶如羊肉，作羹益人。术酒：术三十斤去黑皮，净洗捣碎，以东流水三石，于不漏器中渍之，二十日压漉去滓，以汁于瓷器中盛贮。夜间候流星过时，抄自己姓名置于汁中，如是五夜，其汁当变如血，旋取汁以浸麴，如家酝法造酒，酒熟任性饮之，十日万病除，百日发白再黑，齿落再生，面有光泽，久服延年不老。忌桃李蛤肉，服此酒者，真康即所谓频频到口微成醉，拍拍满

一万一千六百二十卷

怀都是春也。

稣合香酒：稣合香丸。有脑子者炙去脑子

右用十分好醇酒，每夜将五丸浸一宿，次早温服一杯，除百病，辟四时寒邪不正之气，旧酒尤佳。醉乡宝屑。经进八仙散：壮脾进食，令人饮酒不醉。宣和初，华山贡士张老人，号为铁翁居士。入山采药，遇道人在石岩坐，共酌，约有八人。手中各有一物，亦令张翁坐，与少酒饮。饮数杯，各赐手中之物，张翁熟视之，乃八味药也。兼求其方，名曰“八仙剉散”。干葛，纹细嫩有粉者白豆蔻，去皮壳缩砂仁，实者丁香，大有己上各半两甘草，粉者一分百药煎，一分木瓜，盐窨加倍用烧盐，一两右件八味，共细剉，人不能饮酒者，只抄一钱细嚼，温酒下，即能饮酒，醉乡宝屑，

无如此方之妙。丁香饼子：温胃去痰，解酒进食，宽中和气，仍治渍滞不消，心腹坠胀，痰逆呕哕，噫酢吞酸，

胁肋刺痛，胸膈痞闷，反胃恶心等症。半夏，汤泡二两白茯苓，去皮一两丁香，半两不见火白术，一两炒川白姜，一两炮甘草，一两炙白扁豆，用姜汁浸蒸熟焙一两桔红，二两去白奠汁浸一宿焙右为细末，用生姜汁煮，薄面糊为饼，如大棋子大，每服一饼，细嚼生姜汤下，不以时。柑皮散。治酒毒烦渴，或醉未醒。柑子皮，二两焙干右一味捣罗为散，每服三钱匕，水一盏，煎三五沸，温服。或入少盐末，沸汤点，未效再服。石膏汤：治饮酒过多，大醉难醒。葛根，剉石膏五两生姜，细切各半两右剉如麻豆大，每服五钱匕，水二盏，煎至一盏，去滓温服，不拘时候。解酒，葛花一两右捣为散，沸汤点一大钱，不拘时，亦可煎服。又方：葛根细剉作末，每服三钱，水一盏煎，去滓温服。又方：鹿桑椹二合，用酒一升浸一时久，取酒旋饮之，即解。大寒凝海，惟酒不冰，酒大热不可多饮。邵康节诗又云：斟有浅深存燮理，饮无多少系经纶。在老人斟酌间何如耳。诸煎地黄煎：每年十月用生地黄十斤，浮洗漉出一宿，后捣压取汁，鹿角胶一大斤半，生姜半斤，绞取汁。蜜二大升，酒四升，以文武火煎地黄汁数沸，即以酒研紫苏子滤取汁下之。又煎二十沸已来下胶，胶尽，下酥蜜同汁煎良久，候稠如饧，贮洁器中，凌晨取一匕，以温酒调服之。

东坡《答藤达道书》：蒙惠地黄煎，扶衰之要药，若续寄为幸。又《与瞿东玉书》云：药之膏油者，莫如地黄。啖老马皆复为驹。吾晚学道，血气衰耗，如老马矣，欲多食生地黄而不可得也。此药以二八月采者良。

金樱子煎：经霜后，以竹夹子摘取，于木臼中转柞却刺，勿损之。擘为两片，去其子，以水淘洗过，烂捣入大锅以水煎，不得绝火。煎约水耗半，取出澄滤过，仍重煎似稀饧，每服取一匙，用暖酒一盏调服，其功不可具载。

沈存中云：金樱子止遗泄，取其温且止，世之用者，待红熟取汁熬膏，大误也。红熟则却失本性，今取半黄时采为妙，十一月十二日采佳。

《本草》云：疗脾泄下痢，止小便，利涩精气。久服令人耐寒轻身，方术多用之。

金髓煎：枸杞子不计多少，逐日旋采摘红熟者，去嫩带子，拣令漱净，便以无灰酒于净器浸之。须是瓮，用酒浸以两月为限，用蜡纸封闭系密，无令透气。候日数足，漉于新竹器内盛贮，旋于沙盆中研令烂细，然后以细布滤过。候研滤皆毕，去滓不用，即并前渍药酒。

一万一千六百二十卷

及滤过药汁搅匀，量角锅内多少升斗作番次，慢火熬成膏。切须不在住手用物搅，恐粘底不匀，候稀稠得所。然后用净瓶器盛之，勿令泄气。每早晨温酒下二大匙，夜卧服之。百日中，身轻气壮，积年不废，可以延寿。

茯苓煎：

白茯苓五斤去黑皮捣筛，以熟绢囊盛于三斗米下蒸之，米熟即止。曝干，又蒸如此三过，乃取牛乳二斗和合。着铜器中微火煮如膏投之，每食以竹刀割取，随性任饱，服之则不饥。如欲食，先煮葵菜汁饮之，任食无碍。

又方：养老延年服茯苓方。华山铤子茯苓，研削如枣许大，令四方有角。安于新瓷瓶内，以好酒浸，以三重纸封其头。候百日开，其色当如饧糖，可日食二块，百日后肌体润泽。服一年后，可夜视物。久食之，肠化为筋，可延年耐老，面若童颜。

《本草》：茯苓补五劳七伤，安胎暖腰膝，开心益智，止健忘，忌酸及酸物。

补骨脂煎：唐郑相公为南海节度，七十有五。越地卑湿，伤于内外，众疚俱作，阳气衰绝。乳石补益之药，百端不应。有诃陵国舶主李摩诃献此方，经七八日，觉其功神验，自尔常服之。其方用破故纸十两，拣洗为末，用胡桃肉去皮二十两，研如泥，即入前末。更以好炼密和匀如饴，盛瓷器中。旦日以温酒化药一匙服之，不饮酒者，温热水化下。弥久则延年益气，悦心明目，补添筋骨，但禁食芸苔羊血。

五味子煎：五味子红熟时，采得蒸烂研取汁，去子熬成稀膏，量酸甘入密再火上。待密熟，俟冷，器中贮。作汤，肺虚寒，人可化为汤，时时服，作果可以寄远。

五味子肉某酸核中辛苦有碱味，此则五味具也。移门子服之十六年，色如玉女，入水不沾，入火不灼。

《本草》云：生益气咳逆上气，劳伤羸瘦。补不足，强阴益精。养五藏，除熟生阴。中肌入药生曝，不去子。

薄荷煎：消风热，化痰涎，利咽膈，清头目。

龙脑薄荷叶一斤，川芎三两，桔梗五两去芦，甘草四两，防风三两，缩砂仁一两。右为末，炼蜜为剂，此药看之甚可忽，用之大有功。仓卒之中，亦可应手解利。

治遍身麻痹，百节酸疼，头昏目眩，鼻塞脑痛，语言声重，项背拘急，皮胃搔痒。或生隐疹，及治肺热，喉腥脾热，口甜，胆热，口苦。又治鼻血刃，唾血，大小便出血。及脱着伤风，并沐浴后风，并可服之。两眼暴赤种痛，可以生薄荷取汁，更调此药，令稀贴两太阳，临睡更贴上下两眼睑，次日即散。痛，亦可取苗作热水饮之。陶隐居云：以四月采，冬月作实如青珠，根似木广麦，故谓麦门冬。以肥大者为好，用之汤泽，抽去心，不尔令人烦。

甘露饮：常服，快利胸膈，调养脾胃，增进饮食。干饧糟头，酢者六分生姜。四分洗净和皮石相拌捣烂，捏作饼子。或焙或晒，令干。每十两用甘草二两，炙同碾，罗为末。每服二钱，入少盐。沸汤点，不拘时候。此方专治翻胃呕吐不止，饮食减少。常州一富人病翻胃，往京口甘露寺设水陆，泊舟岸下。梦一僧持汤一杯，与之。饮罢，犹记其香味，便觉胸膈少快。早入寺，知客供汤，乃是梦中所饮者，胸膈尤快，遂求其方，修制数十服，后

一万一千六百二十卷

疾遂瘥，名曰观音应梦散。予得之，常以待宾，易名曰甘露饮。在临汀，一书史旋愈，切勿忽之。陈书。

糯米羔：治小便。数用纯糯米糕一掌大，临卧，炙令软熟啖之。仍以温酒下，不能饮，温汤下。坐行良久，待心间空，便睡。盖糯稻能缩水，凡人夜饮酒者，是夜辄不尿，此糯之力也。

又方：有人渴用糯禾秸，斩去穗及根，取其中心，净器中烧作灰。每用一合许，汤一

碗，沃浸良久，澄去滓，乘渴顿饮之，此亦糯稻缩水之力也。杏仁粥，杏仁，二两去皮尖研猪肺，一见去管和研令烂如糊右用瓦瓶煮粥，令熟，却将瓷碗放火上炙，令热。以猪肺糊在碗内，便泻粥盖之。更以热汤抵，令熟后服之，大能补肺气。人参粥：人参，半两为末生姜，取汁半两右二味，以水二升煮取一升，入粟米一合，煮为稀粥，觉饥即食之，治反胃吐酸水。枸杞叶粥：枸杞叶，半斤细切粳米。二合右二味，于石器中相和煮作粥，以五味末，葱白等，调和食之。烧肝散：治男子妇人五劳七伤，胸膈满闷，饮食无味，脚膝无力，大肠虚滑，口内生疮，妇人血气，并宜服之。肉豆蔻，三个和皮官桂，香白芷，当归，破故纸，人参，茯苓，桔梗各半两。右为末，每服四钱半，羊肝四两，作片。糁药在上，用纸裹后，用南粉涂。文武火煨热，米饮嚼下。参归腰子：治心气虚损。人参，半两细切雍当归，半两上去芦， 下细者， 取中段切。猪腰子一只右以腰子，用水两碗，煮至一盏半，将腰子细切，入二味药，同煎至八分。腰子，以汁送下，有不尽腰子，同上二味药滓焙干，为细末，山药糊为丸如梧桐子大，每服三五十丸，此药多服为佳。

昆山神济大师方，献张魏公丞相，韩子常知府阁中，服之有效。平江医者丁御干，谓葛枢蜜云：此药本治心气怔忡而自汗者，不过一 二服即愈，盖奇

药。甲乙饼：治痰喘嗽咳。杏仁，一两去皮尖，牡励粉，一两同杏仁炒黄色青黛。一两右研匀，入蜡一两，熔搜丸如弹子大，捏作饼。每用一饼，合日柿中。混纸裹煨，约

药熔，方取出火毒。细嚼，糯米饮送下。茯苓面：东坡《与程正辅书》云：旧苦痔疾二十一年，令忽大作，百药不效，欲休粮，以清净

腾之而未能。今断酒肉，与盐酷酱菜，凡有味物皆断，又断米亢米饭，惟食淡面一味。其间更食胡麻茯苓面少许，取饱，胡麻，黑脂麻是也。去皮，九蒸曝，白茯苓去皮，入少白密显面，杂胡麻食之甚美，如此服食多日，气力不衰，而痔渐退。义云：既绝肉五味，只知此麦少及淡面，更不消别药百病自去。此长年之真诀，但易知而难行尔。

萝葡菜：治酒疾下血旬日不止。

生萝葡。

右一味，拣稍大圆实者二十枚，留上青叶寸余及下根， 瓦兹瓶取井水煮，令十

用 分烂

熟，姜米淡醋，空心任意食之，立止，用银器重汤煮尤

佳。

羊肺羹：治小便频数，下焦虚冷。
一具细切羊肺，
羊肉。四两细切
右二味，入五味作羹，空腹食之。
又方：
半斤削去皮生山芋，
小豆叶。嫩者一斤
右二味，豉汁中入五味，煮羹食之。
又方：
半斤削去皮生山芋，
白。切一握
右二味，以豉汁煮羹，入五味如常法，空腹食之。
又方：
半斤削去皮生山芋。

右拍碎，慢火煎酒二升，候酒沸，旋下山芋。入盐椒葱白，空腹饮之。百合：治肺藏壅热烦闷。新百合。右用蜜半盏和蒸，令软。时时含一枣大咽津服之。
黄精：饵黄精，耐老不饥，其法可取瓦子去底，釜上安顿，令得所。盛黄精含满，密盖蒸之。令气溜，即暴之，第二遍蒸之亦如此。九蒸九曝，凡生时有一硕，熟有三四斗，方好蒸之。不熟则刺人咽喉，既熟曝干，不尔朽坏，食之甘美。补中盖气，安五脏，润心肺，轻身延年，饥岁可以与老小休粮食疗，云根叶花实皆可食之。但相对者是，不对者名扁精，不可食。
金樱子丸：补肾秘精，止遗泄，去白浊，牢关键，神妙。金樱子，一升槌碎入好酒二升， 银器内熬之， 候酒干至一升以下去滓， 再然成膏。桑白皮，一两炒鸡头粉，半两夏采日干桑螵蛸，一分酥炙白龙骨半两烧亦为末右为末，入前膏子，搜为丸如梧桐子大，空心盐汤温酒下三十丸，如丸不就，即用酒面糊为之。青娥丸：治肾气虚弱，腰痛，俯仰不利，秘精，大益阳事，老人服此，颜色还童，少年服此，行步如飞。破故纸，十两， 以水淘过，用香油炒， 如藏府虚冷， 麦麸炒。杜仲五两， 须是六两方得五两， 剁如骰子大， 麦麸炒黄色。胡桃仁，五十个， 以糯米弱相拌， 臼内捣五六百下， 只用此粥为丸。右丸如梧桐子大，每服三十丸，空心盐酒下。此方赵进道从广州太守处得之，久服大有神功，遂作诗一绝以绝其功。十年辛苦走边隅，造化工夫信不虚。夺得风光归掌内，青城不笑白髭须。服椒法。书林陈晔括为之歌：青城山老人，服椒得妙诀。年过九十余，貌不类期耋。再拜而请之，忻然为我说。蜀椒贰斤净，拣去梗核及开口者净秆解盐六两洁。其色青白龟背者良， 妍细，糁盐慢火煮，煮透滚菊末。糁盐在椒上， 用滚汤泡过椒五寸许， 经宿以银石器熳火煮， 止留椒汁半盏， 扫干地铺净纸， 倾椒在纸上， 覆以新盆， 封以黄土， 经宿取置盆内， 将干菊花末六两拌滚令匀， 更洒所余椒汁， 然后摊于筛子内， 干菊须花小， 包黄， 叶厚， 茎紫， 气香， 味甘， 名曰甘菊蕊。可作羹者为真， 阴干为末。初

原藏上海东方图书馆

服十五圆，早晚不可辍。每月渐渐增，累之至二百。初服之月， 早十五粒， 脱如之， 次月早脱各二十粒， 第三月增十粒， 至二百粒止。盐酒或盐汤，任君意所欢。服及半年间，胸膈微觉塞。每日退十圆，还至十五粒。俟其无碍时，数复如前。日服半年后， 觉胸膈间横塞如有物碍， 即每日退十粒， 退至十五粒止。侯其无碍， 所服仍如前。常令气熏蒸，否则前功失。须终始服之， 令椒气早脱熏蒸， 如一日下服， 则前功俱废矣。饮食蔬果等，并无所忌节。一年效即见，容颜顿悦泽。目明而耳聪，须乌而发黑。补肾轻腰身，固气益精血。椒温盐亦温，菊性去烦热。四旬方可服，服之辛毋忽。逮至数十年，功与造化埒。耐老更延年，不知几岁月。四十岁方可服， 若如四十岁服至老， 只如四十岁人颜容， 此其验也。嗜欲若能忘，其效尤卓绝。我欲世人安，作歌故恳切。

服[牙希]莶法：[牙希]莶，俗呼火[个久]草。春生苗叶，秋初有花，秋末结实。近世多有单服者，云甚益元气。蜀人服之法，五月五日，六月六日，九月九日，采其叶去根茎花实，净洗曝干，入甑中层层洒酒与蜜蒸之。如此九过则已，气味极香美，熬捣筛蜜丸服之，云治肝肾风气，四肢麻痹，骨间疼，腰膝无力，亦能行大肠气。张乖崖咏进表云：谁知至贱之中，乃有殊常之效。臣吃至百服，眼目轻明，至千服，髭须乌黑，筋力矫健。效验多端，陈书林经验方，叙述甚详，疗诸疾患，各有汤。使今人采服， 就秋花成实后，和枝取用，洒酒蒸曝，杵臼中舂为细末，炼蜜为丸以服之。

妇人小儿食治方：陈令尹书，精细哏好处在食治诸方，然老人晚景，儿孙眷辑，围栾侍奉，诸妇妊娠，望得雄之喜；诸孙襁褓，快含饴之乐。其间或有疾者在目前，岂不索怀？余畴昔闻见所抄有妇人小儿食治诸方，用之良验，今附益于编末，亦以资耆英闲览，且以备用云。血气诸方。地黄粥：治妇人血气不调。生地黄汁，二合粟米，一合粳米，一合诃黎勒，炮去核为末半两盐花。少许右以水三升，先煮二米将熟，次入诃黎勒末，地黄汁盐花搅匀，煮令稀稠得所，分 服。

猪肚粥：治妇人腹胁血癖气痛，冲头面[火翕火翕]，呕吐酸水，四肢烦热腹胀。白术， 两槟榔，一枚生姜一两半切炒右三味粗[才寿]筛，以猪肚一枚，治如食法。去涎滑，纳药于肚中，缝口。以水七升煮肚令熟，取汁入搜米及五味同煮粥，空服食之。羊肉面子：治妇人血气癖积，藏府阁痛泄泻。小麦面，四两肉豆蔻，去谷为末胡椒，为末蜀椒。去目并闭口， 炒出汗，各一钱末。右五味拌匀，以水和作子，用精羊肉四两细切，炒令干。下水五升，入葱薤白各五茎细切，依常法煮肉，以盐醋调和，候熟滤去肉，将汁煮子，空腹热食之。猪肾棋子：治妇人血积，久惫冷气，心腹常疼。小麦面，四两良姜，末茴香，末肉苁蓉，去皮炙为末蜀椒，各 钱末[牙贲]猪肾。 对去指膜切如绿豆大右六味，除肾外，以水切作棋子。先将肾以水五枕煮，次入葱薤白各少许，候肾熟，以五味调和如常法。入药引子再煮令熟，分三次，空腹食之。半夏拨刀：治妇和痃癖血气口吐酸水。大麦面，四两半夏，汤洗去滑尽炒半两为末桂。去租皮一钱为末右三味，同以生姜汁并米醋少许，和切作拨刀，熟煮如常法，空心食之。妊娠诸病。麦门冬粥：治妊娠胃反呕逆不下。生麦门冬，去心净洗， 切碎研烂，绞汁取一合。白粳米，净淘二合薏苡仁，栋净去土一合生地黄，肥者四两净洗， 切碎研烂，

一万一千六百二十卷

绞汁三合。生姜法。一合右以水三盏先煮煎，粳米薏苡仁味令百沸，次下地黄，麦门冬，生姜，三味汁，相和煎成稀粥，空心温服。如呕逆未定，晚后更煮食之。生地黄粥：治妊娠下血漏胎。生地黄，汁一合糯米。净淘一合右先将糯米煮作粥，熟后下地黄汁，搅调匀服之，每日空腹服。陈橘皮粥：治妊娠冷热气痛连服不可忍。陈橘皮，汤浸去白焙一两苎麻根，刮去土曝干一两良姜，末三钱白粳米。择净半合右四味，除粳米外，捣罗为散，每服五钱匕。先以水五盏，煎至三盏，去滓入粳米合，盐一钱，煮作粥食之，空心一服，至晚更一服。豉心粥：治诸种疟疾寒热往来。豆豉心，二合以百沸汤泡细研莊葫，去苗二钱末桃仁。汤浸去皮尖研三十个右先将豆豉心，桃仁，以白米三合，水半升，同煮为粥临熟入莊葫末，搅匀食之。阿胶粥：治妊娠胎动不安。阿胶，一两，捣碎炒令黄燥，捣为末。糯米。右先将糯米煮粥，临熟下阿胶，搅匀温食之。鹿头肉粥：治妊娠四肢虚肿，喘急胀满。鹿头肉，半斤蔓荆子，去土一两良姜，茴香。炒令香各半两右四味，除鹿肉外捣罗为末，每服四钱匕。先将水五盏煮鹿肉，候水至三盏去肉，下白米一合同药末，候米熟下五味，调和得所，分作三服，一月食尽。鲤鱼粥：治妊娠安胎。鲤鱼，一尾治如食法糯米，一合葱，二七茎细豉半合右以水三升煮鱼至一半，去鱼入糯米忽豉煮粥食之。葱粥：治妊娠数月未满损动。葱，三茎糯米。三合右以忽煮糯米粥食之，如产后血运用之亦效。竹沥粥：治妊娠常若烦闷。淡竹沥，三合粟米。三合右以水煮粟成粥，临熟下竹沥，更煎令稀稠得所，温食之。苎麻粥：治妊娠胎不安，腹痛，宜常食。生苎麻根，一两净洗煮，取汁二合。白糯米，二合陈橘皮。浸出白炒半两末右四味，以水同煮为粥。令稀稠得所，熟后入盐少许，平分作二服，空腹热食之。鳟鲤鱼羹：治妊娠伤动，胎气不安。鲜鲤鱼，一头理如食法黄芪，剁炒当归，切焙人参生地黄，各半两蜀椒，十粒炒生姜，一分陈橘皮，汤浸去白一分糯米。一合右九味，剁八味匀细，纳鱼腹中心，用绵裹合，以水三升煮鱼熟，将出去骨取肉，及取鱼腹中药同为羹，下少盐醋，热啜法吃极效。黄鸡月霍：治妊娠四肢虚肿，喘急，兼呕逆不下。黄雄鸡，一只，去头足，及皮毛肠胃等。洗净去血脉，于沸汤中拣过，去腥水。良姜，一两桑白皮，刮净剁一两半黄耆。拣剁一两右四味，剁后三味，与鸡同煮。候鸡熟去药，取鸡留汁，将鸡细擘去骨，将法入五味调和。入鸡和。入鸡肉再煮，令滋味相入了，随性食之。不计早晚，不妨别服药饵。鸡子羹：治妊娠胎不安。鸡子，一枚阿胶，炒令燥一两右取好酒一升，微火煎胶。令消后，入鸡子并盐一钱和之，分作三服，相次食之。山芋面：治妊娠恶阻呕逆，及头痛食物不下。生山芋，一尺于沙盆内研令尽，以葛布绞滤过。苎麻根，一握去皮，烂捣碎。右研匀，入大麦面三两，和细切如棋子大，于葱薤羹汁肉煮熟，旋食之。又方：木瓜，一枚大者切蜜。二两右二味于水中同煮，令木瓜烂，于沙盆内细研。入小麦面三两，搜令相入，薄捍切为棋子，每日空心用白沸汤煮强半盏，和汁淡食之。鸡肉索饼：治妊娠养胎藏，及治胎漏下血，心烦口干。丹雄鸡，一只取肉去肚作月霍白面。一斤右二味，搜面作索饼和月霍，任意食之。鸡子酒：治妊娠血下不止。鸡子，五枚取黄右取好酒一盏，同煎如稀饧，顿服之，未差更作服之，以差为度。小豆饮：治妊娠漏胎，血尽子死。赤小豆，半升蜀椒，去回并闭口炒出汗十四

一万一千六百二十卷

枚乌雌鸡。一只理如食法右三味，以水二升，同煮令熟。取法时时饮之，未差更作服。葱豉汤：治妊娠伤寒头痛。豉，一合葱，一握去根切生姜。一两半右以水一大盏，煮至六分，去滓分二服。产后诸病。论曰：妊娠者十月既足，百骨皆坼，肌肉开解，然后能生。百日之内，犹名产母时人将调一月，便为平复，岂不谬乎？若饮食失节，冷热垂理，血气虚损，因此成疾。药饵不和，更增诸病。今宜以饮食调治为良。鲍鱼羹：治产后乳汁不下。鲍鱼肉，半斤细切麻子仁，一两半别研葱白，三茎切碎香豉。半合别研右先将水三升煮鱼肉，熟后，入后三味煮作羹，任意食之。

猪蹄粥：治产后乳法不下。母猪蹄，一只治如食法， 以水三盏煮取二盏去蹄。王瓜根，洗切木通，剁碎漏芦去芦头各 一两右四味，除猪蹄法外，粗捣筛，每服三钱匕，煮猪蹄汁二盏。先煎药至一盏半，去滓

入葱豉五味等，并白米半合，煮作粥，任意食之。猪蹄羹：治产后乳汁不下。母猪蹄，二只净洗剁木通。一两半剁作寸段右先将木通，以水五升，煎取四升。去木通，和猪蹄入五味，如常法煮羹，任意食。又方：猪蹄，一具洗剁粳米。一合净淘右用不拘多少，入五味，煮作羹，任意食，作粥亦得。牛肉羹：治产后乳无汁。牛鼻肉。净洗切作小片右用水煮烂，入五味如常法煮作羹，任意食之。鹿肉月霍：治产后乳无汁。鹿肉。四两洗切右用水三碗煮，入五味作月霍，任意食之。三肉月霍：治产后乳汁不下。龟肉，二两洗切羊肉，三两洗切肉。二两洗切右用水有拘多少，入五味煮为月霍食。苏麻粥：治妇人产后有二种疾，郁胃则多汗，汗则大便秘，故难于用药。惟此粥最佳

且稳。紫苏子，大麻子。二味各半合， 净洗研极细， 用水再研， 滤汁二盏， 分二次粥啜。右此粥不独产后可服，大抵老人诸虚久风秘皆得力。尝有一贵人母年八十四，忽腹满头疼，恶心不能食，医家供补脾进食治风清头目药。数日疾益甚，恳予辨之，予曰：误矣。此老人风秘，藏府壅滞聚膈中，则腹胀恶心，不喜食，至巅头痛神昏。如得藏府流畅，诸疾悉去。予进此而气泄下结粪如胡椒十余，少间通利，诸证悉去。许学士方

茯苓粥：治产后无所苦，欲睡而不得睡。白茯苓，去黑皮取末半两粳米。二合右二味，以米淘净煮粥半熟，即下茯苓末，粥熟任意食之。

地黄粥：治初产腹中恶血不下。生地黄，五两捣绞汁三合生姜，捣绞取汁二合粳米。净淘三合右先将米如常法煮粥，临熟下地黄及生姜汁，搅令匀，空腹食之。

紫苋粥：治产前后赤白痢。紫苋叶，细剁一握米亢米。三合右先以水煎苋叶，取汁去滓，下米煮粥，空心食之立瘥。

滑石粥：治产后小便不利淋氵止。滑石，半两别研罨麦穗，一两米亢米。三合右以水二升先煎瞿麦，取二升半，滤去滓，将汁入米煮如常粥。将熟，入盐少许，葱白三寸，方入滑石末，煮令稀稠得所，分作三度食之。羊肉粥：治产后七日后宜吃此粥。白羊肉，去脂膜四两细切米亢米，净淘三合生地黄，汁三合桂。去粗皮剁取末一分右以水煮肉并米熟后，入地黄汁，并桂末，令得所，以五味调和，空心任意食之。猪肾粥：治产后寒热状如疟，猪肾粥方。猪肾，去脂膜

原藏上海东方图书馆

细切一对香豉，一合白米亢米，三合葱，三茎细切右四味，以水三升，煮猪肾豉葱至二升，去滓，下米煮如常法，以五味调和作粥食

之，未瘥更作。黄雌鸡饭：治产后虚羸补益。黄雌鸡，一只去毛及肠肚生百合，净洗择一果白粳米饭。一盏右将米亢米饭百合入在鸡腹内，以线缝定，用五味汁煮鸡令热，开肚取百合米亢米饭，和鸡汁调和食之，食鸡肉亦妙。黄雌鸡羹：治产后虚损。黄雌鸡，一只肥者理如食法葱白，五茎切米亢米。半升右三味，依常法以五味调和为羹，任意食之。猪肚羹：治产后积热劳极，四肢干瘦，饮食不生肌肉。豸贲猪肚，一件净洗， 先以小麦煮成半熟， 取出肚细切， 令安一处。黄耆，剁碎半两人参，三分

米亢米，三合莲实。剁碎一两右以水五升煮猪肚，入人参黄耆莲实候烂，滤出药并肚，澄其汁合清，方入米煮，临

熟入葱白五味调和作粥任，任意食。鲫鱼羹：治产后乳无汁。鲫鱼，一斤蛴螬，五个右依常法煮羹，食后食之。鲫鱼 ：治产后亦白痢。鲫鱼，一斤治如食法陈橘皮，汤去白昝莳萝芜荑，干姜，炮胡椒。各一钱为末右取鲫鱼作 ，投热豉汁中，入盐药末搅匀，空腹食之。脯鸡糁：治产后心虚心悸，偏身疼痛。黄雌鸡， 一只， 去毛头足胃， 净洗以小麦两合， 水五升， 煮鸡半熟， 即取出鸡去骨。蜀椒，去日

并闭口炒汗出取末一钱。茈葫，去笛二钱干姜末，半钱粳米。三合右先取水再煮鸡及米令烂，入葱薤椒姜茈葫末等，次又入五味盐酱取熟，任意食之。猪肾月霍：治产后风虚劳冷百骨节疼，身体烦热。猪肾，一对去脂膜薄切羊肾，一对去脂膜薄切右以五味并葱白豉为月霍，如常食之，不拘时。冬瓜拨刀：治产后血壅消渴，日夜不止。冬瓜，研取汁三合小麦面，四两地黄汁。三合右三味一处搜和，如常面切为拨刀。先将獐肉四两细切，用五味调和煮汁，熟后却漉去肉，取汁下拨刀面煮令熟。不拘多少，任意食之。煨猪肝：治产后赤白痢，腰腹疼痛，不能下食。

猪肝，四两芜荑。末一钱右将猪肝薄切，糁芜荑米于肝叶中，五味调和，以混纸裹，糖灰煨熟去纸食。生藕汁饮：治产后恶血不利，壮热虚烦。生藕汁地黄汁，各半盏蜜一匙淡竹叶。一握切以水一盏半煎取斗半盏右四味同煎沸熟，温分三服，日二夜一。又方：治妇人蓐中好食热面酒肉，变成渴燥。生藕汁，生地黄汁。各半盏右二味相和温暖分为三服。小儿诸病。四米汤：治小儿泄注。粱米，稻米，黍米，各三合蜡。如半弹丸大右以东流水二升，煮粱米三沸，绞去滓，以汁煮稻米三沸，去滓，用汁煮黍米三沸，绞去滓，置蜡于汁中，候蜡消，每服半合，空心午后各 ，随儿大小增减。

牡丹粥：治小儿癖瘕病。

牧丹叶，漏芦，去芦头决明子，各一两半雄猪肝。去筋膜切研二两

右以水三升，煎前三味，去滓，取一升半入猪肝，及入米亢米二合，煮粥如常法。空腹食之，随儿大小加减。扁豆粥：治小儿霍乱。扁豆茎，切焙一升人参。二两右以水三升，先煮扁豆茎令熟。下人参煎至二升去滓，取汁煮粟米三合为粥，与乳母食，临乳儿先捋去少许冷

原藏上海东方图书馆

乳汁，然后乳母常食此粥佳。猪了肝：治小儿久痢。猪了肝。一具右切作片，炙熟空心食之。鸡子饵：治小儿秋夏中暴冷，忽下痢腹胀，乍寒乍热渴甚。鸡子，二枚去壳胡粉，半两炒令黄黄虫葛一枣大右先下黄蜡于铫子内，微火上熔，次下鸡子黄及胡粉，调和候冷，作饼与儿空心午后食之，量儿大小增减。

牛乳饮：治小儿哕。牛乳，一合生姜汁，半合右于银器中慢火同煎至六七沸，一岁儿饮半合，仍量儿大小以意加减。

甘草豆方：冬月小儿解诸热毒，老人亦且服之。大黑豆，三升净洗甘草。三两细剁右用水六升，煮令烂熟，时时以三五十颗与小儿食之。汁亦可服，又可用已煮过黑豆入香药末和匀，甑上蒸令香软尤佳。慈觉颐老奉亲，夫孝子之事亲也。日以鸡鸣盥漱毕，敬念精诚，立于寝门之外，微声罄咳，安详而入。温恭省问安否如何？起则奉其衣服，沃盥奉其盘水，所服汤药审而后进，徐禀晨羞喜馔何物。更益王尔甘，尽其精制，视其寒温，尝其旨否，父母嗜之，则喜色见于面目，喜气连于声音。意所不欲，则敬请易馔。因无它命，则下色怡声以强食。问其所以，微或不康，则具汤药而进之。事竟而食，则视于父母而为之多少。食已，进见问其起居，言必雍容尽于爱敬，先意承志务达其心。疾痛可养，则抑搔之。出入卧起，敬抚持之。果实汤茗，随意而具。沐浴洗面贵寻汤而请，复问晡时欲何饮食？侍奉之义，皆仿前式。父母所处，冬则燠密，夏则清凉。父母欲寐，则相其席厚薄，必使安体，衾绸单复，务于适宜。寒则温衾，热则扇枕。俟其安寝，然后退宿。复思明日之事焉。此犹世间之孝也。当念三途长夜，恶趣轮回，虽欲报恩，如何息苦。应于朝夕劝进父母，归依三宝，发菩提心，调伏贪嗔，不昧因果。搜寻古教，瞻礼圣容，于佛业戒随力奉持，发明大事因缘，修习念佛三昧。或行礼以助道，或宴坐以澄神，皆未来成佛之口工，历劫无穷之孝。事亲至此，不可以有加矣。郭琮，台州黄岩县仁风里人，至性孝悌。浮沉民伍，少丧父，常有罔极之叹。事母张氏，颇极恭顺。娶妻有子，而移居母室，供给衣食，必萃珍异。凡父母之所欲，必亲以奉之。或经家人之手，则尤形于色，虑失母之意。居常不过中食，绝饮酒茹荤者三十年，祈母之寿也。母年一百四岁，耳目不衰，饮食不减，乡党异之。至道三年，耆老陈翁，睹诏书存恤孝悌，因率同里四十人，具状郭琮行孝事，诸漕运使乞闻朝廷。漕使驰诣其家，以根其事实。因召母出与之坐，饮以醇酎，嗟叹良久，遂具表以闻。太宗览而嘉之，降诏书旌表门闾，除其徭投，观者荣之。母次年无疾而终，香气盈室。琮哀号逾礼，几乎减性，乡闾率金帛以助葬。至今黄岩感琮之行，善以事父母者，十其二三矣。顾忻，泰州兴县永丰里人。十岁丧父，以母多病。荤辛不入口者十载。鸡初鸣具冠带，率妻子诣母之室，问其所欲。如此五十年，未尝一日改志。所居远郡城几乎百里，每遇二税入输，语其昆季曰：“ 家之极难者预付我，必克荷之。”不顾输税，虑离母之左右，以失其欲也。以是昆仲常多之，母老目忽不能睹物。忻日夜号泣，祈祷天地。刺血写佛书数十卷，母日忽明，以至灯下亦能缝纫，精神轻健，虽少妇之不若。晚年忽语其子曰：“吾仿汝不食荤食矣。”遂不过中食，颜色如童稚，年九十无疾而终。

清光绪间文廷式家抄本

永乐大典卷之一万一千九百五　　十八养

清光绪间文廷式家抄本

广　广州府

目　　录

建置沿革　坊里　土产　坛址　宦迹
道里　风俗形势　山川　公署　人物
城池　气候　宫室　学校　文章
桥梁　户口田赋　祠庙　兵防　题咏
关津　课利　寺观　古迹　碑刻

建置沿革

本　　府

【大明清类天文分野之书】《禹贡》：扬州之域，牛女之分。
周春秋时，为百越之地。秦置南海郡。汉武帝定越地，以为南海，郁林，交趾，九真，日南，珠崖，儋耳郡，属交趾刺史。献帝建安八年，升为交州牧。三国吴孙权，以步骘为交州刺史。晋太康中，以荆州始安，始兴，临贺三郡来属，治番禺。宋泰始七年，分交广二州地置越州，治临漳，齐以广治番禺。梁陈并置都督府。隋开皇九年，置总管府。仁寿元年，改广州为番禺州。大业初，又改为南海郡。
唐武德五年，置广州总管府。七年为大都督府。贞观初，改中都督府。永徽中以广州为岭南五府节度。天宝元年，改为南海郡。至德二年，复为广州。咸通三年，分岭南节度为东西道。乾宁二年，改岭南东道为清海军节度。
宋开宝四年，仍为清海军节度，大观元年升为帅府。
元至元十五年，置广东道宣慰司，广州为路，
本朝洪武元年改为广州府。二年，置广东行省。九年，改为布政司。

【图经志】：秦属南海郡，任任嚣为尉。后赵佗称南越王，传五世。前汉元鼎五年，南粤平，以南海郡属交州，领县六，曰番禺，博罗，中宿，龙川，四会，揭阳。后汉建安十八年，革州，以郡属荆州。领县七，曰番禺，博罗，中宿，龙川，四会，
揭阳，增城。分番禺地置增城县。三国吴黄武六年，以南海、苍梧、郁林三郡始立广州。本郡属广州。晋，领县六，曰番禺，博罗，龙川，四会，增城，平夷。改揭阳为义安郡，以中宿属始兴郡。宋，领县十，曰番禺，博罗，龙川，增城，酉平，熙安，怀化，绥宁，高要，始昌。改四会为绥建郡。齐，领县十三，曰番禺，博罗，龙川，增城，酉平，熙安，怀化，绥宁，高要，新罗，揭阳，河源，安远。梁、陈、隋，置总管府，仁寿元年改番州。大业初，复立南海郡，领县十五，曰南海，宝安，增城，四会，化蒙，曲江，始兴，翁源，乐昌，氵含光，清远，政宾，怀集，义宁，新会。废始兴郡，以曲江，始兴，翁源，乐昌隶本州。又废淮州为氵含氵匡，后避宋讳，改氵含光，隶本州。唐武德四年，立广州置总管府。乾元元年复为广州，五莞之一也。领县十三，曰南海，番禺，东莞，增城，四会，化蒙，氵含光，氵存水，清远，怀集，贞阳，义宁，新会。后以政宾入清远。并四会、化氵蒙置南绥州，并义宁新会置冈州。寻废，仍以新会县属本州。五代南汉刘隐，由唐清海军节度使，据其地，传及子孙。宋开宝四年，南汉平。仍为清海军节度使，广州大都督府领本州。皇佑四

一万一千九百五卷

年，复帝经略安抚司，领县八，曰南海，番禺，东莞，增城，清远，怀集，新会，香山，以氵含光属连州。五年，以义宁入新会，以氵存水入怀集，以化蒙入四会，以常康、咸宁复为南海。熙宁六年，以四会属端州，始兴二十二年，始以香山镇为香山县。

元至元十六年，改为广州路总管府，领县七，曰南海，番禺，东莞，增城，清远，新会，香山。郡城内录事司一，以怀集附贺州，圣朝领县八，曰南海，番禺，东莞，新会，增城，香山，清远，阳山。【太平寰宇记】：岭南道一。　广州原领县十三，今八，南海，增城，怀集，清远，东莞，四会，新会，信安。　三县废：番禺入南海，氵存水入怀集，化蒙。二县割出：氵含沂入浈州，浈阳入浈州，《舆地广记》广南东路　中都督府。广州，古蛮夷之地，春秋战国，为百越，在禹贡职方州域之外。秦并天下，略定扬越，立南海郡。秦灭，南海尉赵佗自立为南越武王。汉高帝因立佗为南越王。元鼎中，相吕嘉王建德反，武帝兴兵灭之。及东汉以后，皆为南海郡。建安十五年，兼立交州。吴永安六年，分立广州。晋宋齐梁陈因之。隋平陈，郡废。仁寿元年，曰番州。大业初，州废。复立南海郡。唐武德四年，平萧铣立广州。天宝元年曰南海郡。后建安清海军节度。五代为南汉刘氏所据。宋开宝四年收复。今县七。

【南海志】：广为《禹贡》扬州之境。按晋、隋书，　并谓交广之地为《禹贡》扬之地，　为禹贡扬州之域，《唐志》亦云。岭南道盖古扬州之南境。周职方之地。《周礼》，职方氏掌天下之图，　以掌天下之地，　辨其入蛮七闽之人民。史称苍梧、九疑、韶石，　皆舜迹所至之地。亦不得为要荒之服。春秋有於越。按《春秋》定公五年，　於越入吴，　十四年，　於越败吴于隽李。哀十三年，　於越入吴。杜注：　於，　发语声，　即勾践也。《旧志》云，　五臣注，　今南海在焉，　即其地。盖引《文选吴都赋》注。战国时，楚兴兵伐越，遂属楚为百越。《史记》：句践六世至无疆，　楚威王兴兵伐之，　大败越，　杀无疆，　尽取故吴地，越以此散。诸族子争立，　或为王，　或为君，　滨于江南海上，　服朝于楚，　谓之百越，　此是周显王时。《旧志》云夷王时，　则成周之初，　当考。秦王剪灭楚，略定杨粤陆梁地，以其地为桂林，南海，象郡，以谪遣戍。《旧志》云：　非三十六郡之限，　置南海尉以典之。《志》所谓东南一尉是也。二世时，任嚣为南海尉，病，召龙川令赵佗，使行尉事。嚣语佗曰：　秦为无道，　陈胜作乱，　天下未知所安番禺负山险阻，　南北东西数千里，　可为国。又曰：　汉安元年，　五星聚东井，　此南粤偏霸之象。即使佗行尉事。嚣死，佗并桂林、象郡，自立为南粤王，治南海。佗后乘黄屋左纛称帝，　以兵胁财赂，　闽越西瓯骆役属焉，　东西万馀里。汉遣陆贾再使粤，因封之。剖符通使，　使和辑百越，　无为南边害。传五世。佗死，　孙胡立；　胡死，　子婴齐立；　婴齐死，　子兴立；　吕嘉杀之立建德。孝武元鼎五年，粤相吕嘉反，讨平之，以其地为南海，苍梧，郁林，合浦，交址，九真，日南，珠崖，儋耳郡，属交州刺史部，治苍梧。《旧志》云，　治交趾。按武帝元封五年，初置刺史部十三州，　又《前汉地理志》注云：　交趾刺史，　令持节治苍梧。王象之《舆地记胜》云：　汉武置交州刺史，　治苍梧之广信县。东汉立交州牧，　亦治苍梧。后徙治番禺。《旧志》云。治交州，　未知孰是。献帝建安八年，升为交州牧。《通监》灵帝中平五年，

清光绪间文廷式家抄本

太常刘焉建议， 以为四方兵寇， 由刺史权轻， 宜改置牧， 选重臣为之焉。欲求交址牧，乃得益州牧。《旧志》云，献帝建安八年。当考。十五年，始徙于南海。《通鉴》：献帝建安十五年， 苍梧土燮为交趾守， 雄长一州， 威尊无上。朝以朱符、张津、赖恭相继为刺史， 皆不能服。时孙权遂表番阳太守步骘为交州刺史。士燮率兄弟奉承节度。又《寰宇志》云： 其城周十里， 初， 尉佗筑之。后步骘修之， 是步骘方徙治也。诏以边州使持节给鼓吹，以重威镇，加六佾之舞。《后汉志》，交州刺史部注： 王范《交广春秋》云，交州， 元封五年治苍梧， 建安十五年治番禺。诏书以州边远， 使持节， 并七郡皆授鼓吹， 以重威镇。十八年省州，以郡属荆州。诏并十四州复为九州。吴黄武五年，以交趾、日南、九真、合浦为交州，割南海、苍梧、郁林三郡立为广州。州得名自兹始。俄复旧。《通鉴》，孙权黄武五年， 士燮卒， 子绥自署太守， 不受代。刺史吕岱表分海南三郡为交州， 以戴良为刺史； 海东四郡为广州， 岱自领刺史。岱督兵讨绥， 灭之， 而叛者复起。于是除广州， 复为交州如故。永安七年，孙休复分交州立广州，领郡
十。番禺、南海、苍梧、郁林、高凉、高兴、宁浦、桂林、始安、始兴、临贺为十。晋平吴，因之，东晋郡十五。南海、苍梧、郁林、晋兴、东官、晋康、新兴、桂林、高凉、宁浦、永平、新安、义安、新会、高兴、为十五。宋分交广二州地为越州，治临漳。今廉州广州领郡十八。省高兴， 外增宋康、绥建、海昌、宋熙四郡。齐领郡二十三。增宋隆、宁浦、齐乐、齐建、齐宁。五郡。梁陈并置都督府。隋置总管府，仁寿元年改番州。时晋王广立为皇太子， 避其讳。即炀帝。大业初，复立南海郡。唐武德四年平萧铣，立广州，仍置总管府。六年为大都督府。《寰宇记》在七年。贞观为中都督府。永徽后，以广、桂、容、邕、镇南五府皆隶于广，谓五府节度，名岭南五管。又为岭南五府经略使，理所曰经略军，南海郡， 城内军额， 管镇兵五千四百人。曰清海军，恩平郡， 管兵一千人。曰桂管经略使，始安郡， 管兵一千人。曰容管经略使，晋宁郡， 管兵千一百人。曰镇南经略使，安南都护府， 管兵四千二百人。曰邕管经略使，朗宁郡， 管兵千七
百人。名岭南五管。天宝元年，改为南海郡。至德元年，升五府经略使为岭南节度。乾元元年，复为广州。其后五府不属，自杜佑始。《旧志》云， 凡领是州称广州刺史充广南五府经略使， 后升为节度使。于佑为岭南节度， 当兼五府经略， 适执政者遗脱， 佑独不兼， 故五府不属， 自佑始。按唐《本传》，佑在朝多所建议， 卢杞当国， 恶之， 出为岭南节度使。咸通三年，分岭南为东西道。广为东道邕为西道。乾宁二年，升为清海军节度。刘隐领州，又加建武节度邕州遂据其地，再传至刘晟，举兵攻取马氏、桂、宜、蒙。昭之蒙山县连、梧、严，今象之来宾县富、今贺之富川县昭、柳、象、龚，今浔之平南县十一州，始尽有岭南地。宋开宝四年，南汉平。分东西路，仍为清海军节度使，广州大都督府。时潘美尹崇珂同领州兼广南转运市舶使。景德二年，兼本路兵马钤辖。皇佑四年，诏州与桂州并带经略安抚使，后被旨盗贼事，许便宜与本路转运常平茶盐市舶并置司，独提点刑狱，置司于韶。皇元定江南，至元十六年，升为广东道宣慰使司，其使兼都元帅。又升广州为路总管府，寻罢都元帅府，以宣慰司兼管军马。二十年，立海北广东道提刑按

一万一千九百五卷

察司，并置于广。二十六年察司移置于韶。二十八年改提刑按察司，为肃政廉访司，并置于广。大德二年，定为广东道宣慰使司都元帅府正次官，并通管元帅府事。盖岭南一都会，故军府之盛焉。

【元一统志】《禹贡》：扬州之域。《晋》《隋书》并谓交广之地， 为《禹贡》扬州之域。而《唐志》云岭南道。盖占扬州南境。《元和郡县志》亦云为《禹贡》扬州之域。《史记》谓扬越。《汉书》注云： 本扬州之分， 故云扬越。而《通典》则以为非《禹贡》九州之域， 又非《周礼》《职方》之限。稽其时略， 考其镇薮， 而《禹贡》《职方》皆不逮此，故列于九州之外。范子长《郡县志》云， 以今日地志考之， 潮州旧隶扬州， 连州旧隶荆州， 未可尽以为九州之外也。王象之《舆地纪胜》云： 晋隋唐之志， 既非作于《通典》之前， 亦必有所据。今考正作扬州之域。在天文牵婺女，则越之分野，兼得楚之交。此据《舆地纪胜》所云。春秋时，百越之地。秦置南海郡，置南海尉，以任嚣且死召龙川令赵陀行南海尉事。佗自立为南粤王，汉因封之，使和辑百越，无为南边害。凡王世五，九十三年而亡，武帝既定粤地，以为南海，苍梧，郁林，交趾，九真，日南，珠崖，儋耳郡。按南海郡，即秦南海故郡也，属交趾刺史。考之系元鼎六年也。献帝建安八年，升为交州牧。十五年孙权以步骘为交州刺史，迁州于番禺，即今之州理也。孙林以交州王壤悬远，乃徙交州理龙编。黄武五年，分交州之南海，苍梧，郁林，高凉四郡，立为广州，俄复故。永安六年，复分交州置广州，分合浦立合浦北部，以都尉统之。孙皓分郁林立桂林郡。逮晋太康中，吴平，遂以荆州始安，始兴，临贺三郡来属，领郡十，理番禺。《通鉴》魏元帝咸熙元年七月， 分交州置广州， 是时吴景帝孙休尚无恙， 由是月景帝孙休卒， 孙皓始立。而《元和志》乃以为孙皓分交州置广州， 二者弗同。今按孙休之卒， 孙皓之立， 同是永安六年七月， 而所书建置有休皓之异， 然考之沈约《宋志》云： 广州刺史， 吴孙休永安六年， 分交州置广州。则置于孙休也明矣。今当从宋志。晋因而弗改，安帝元兴二年，卢循陷番禺，执刺史吴隐之，隐之拒守百馀日，城始陷。循自称平南将军，摄广州事，《通鉴》在此年义熙六年， 循用徐道覆计， 举兵向建康。刘裕败之于蔡州， 裕又治水军，遣孙处、沈田子自海道袭番禺， 倾其巢穴《通监》义熙六年八月。孙处乘海奄至番禺，围之二十馀日不克拔，乃走交州，至龙编败死，时义熙七年也。宋明帝泰始七年，分交广二州地，置越州，治临漳，领郡十七。齐广州领郡二十有三，皆理番禺。梁陈并置都督府。隋开皇九年平陈，置总管府。仁寿元年，改广州为番州，避太子广讳也。大业初，为南海郡。唐武德四年平萧铣。明年贼帅邓文进降，置广州总管府。七年为大都督府。贞观初，改中都督府。永徽中，复以广，桂，邕，容，安南五府，并隶于广州，以广州为岭南五府节度，五管经略使，理所曰：经略军，曰清海军，曰桂管经略使，曰容管经略使，曰镇南经略使，曰邕管经略使，名岭南五管，升五府经略使为岭南节度。《通鉴》在肃宗至德元年。无宝元年，改为南海郡。至德二年十二月复为广州，自杜佑为岭南节度，当兼五府，适秉政者遗脱，独不兼，故五府不属，自佑始也。咸通二年，蔡京制置岭南，奏请分岭南节度为东西道，改岭南节度使为东道节度，邕州为西道节度。乾符六年，黄巢攻破广州，

一万一千九百五卷

巢以士卒疾疫，弗能守广州，乃去掠湖湘。乾宁二年，赐岭南东道为清海军节度，以命薛王知柔。昭宗天复元年，刘隐为清海军留后，天佑二年，又命隐为清海军节度。隐以重贿结朱全忠而得之也。子孙窃据其地，凡六十有七年。至宋开宝四年，始平之，仍旧为清海军节度。至道以后，分广东南为东西路，东路兵马钤辖广州领之，西路兵马钤辖桂州领之。皇佑四年，各兼本路经略安抚使。大观元年，升为帅府，元领南海，番禺，清远，怀集，东莞，增城，新会，香山八县。德佑二年春，即元至元十三年也，江浙已平。六月十三日广州全城归附。秋九月熊飞作乱，赵潜同方兴乘时袭取。冬十一月江西元帅府领兵来复。既定，而明年广人又叛，十五年再进师克之，自是海峤始率服，版图来归，遂创广东道宣慰司，旧统十四州，而肇庆、德庆、封、连四郡改属广西道。广州立下路总管府，并设录事司，元领八县，而怀集一县，工师先自贺州入，就拨隶焉，今领县七。

归附始末

【图经志】：广州自元末，盗贼四起，侵掠城池，各据一乡一县。其后东莞何真纠率义兵防御城郭。丁未冬，闻大军平定江西福建，遣其属梁复初等纳款归顺。洪武元年春，朝廷调兵平定岭海，命征南将军中书平章廖永忠自福建统舟师由海道至四月初九日抵广城，指挥陆仲亨等率步兵度梅岭自雄韶沿江而下，先三日至。征南公令境内撤围垒销兵器，招来居民，各复生业。浙江参政朱亮祖统兵平定广西，相继而至，其依险拒命者，征南公亲督兵殄灭之，广东州郡由是而悉定焉。

取广州始末

【南海志】：至元十二年丙子，宋德佑二年。宋经略使兼知广州徐直谅得驿报，天兵已下临安，又闻江西湖南皆降。时有淮将梁雄飞谪居于此，因遣之赍蜡书往江西归附。未几又闻湖南行省亦使谕降，所遣者广人曾士倬，时南湖南某县令与一将校杨尹俱来，直谅遣水军统领唐渊往韶州逆之。直谅之意，谓已遣人通耗江西，不可又纳湖南使，谕意唐渊俾杀之，乃沉曾杨于韶州江下。六月江西吕元帅师夔遣黄世雄与雄飞偕来，并称招讨使。时直谅闻益王已即位于福州，遣郡人李性道权提刑，领摧锋军将黄俊、陈、水军将谢贤等拒之，至石门，性道不欲战，舣舟岸浒，惟黄俊迎敌，遂败，奔回，直谅乃乘舶舟遁去。十三日世雄等入城，以性道为市舶使，陈谢贤唐渊等各授以官，黄俊亦与焉，俊不受，诸将遂杀之于摧锋军寨佛殿下。八月，东莞人熊飞旧以勤王隶文丞相戏下兵溃而归，至是遂结集民兵数百至城下。十五日世雄等与战，飞败，复回东莞。世雄等遣姚文虎追之，为飞所杀。飞再图入城，世雄等度未可胜，九月十一日退师。既而新会宰曾逢龙率乡兵至城下，性道迎谒，为逢龙所擒，飞等复入城掠性道家焚其居。二十一日，宋制置使赵晋运副赵淇至，越一日安抚方兴至，搜陈谢贤等杀之，刳肝以祭俊，唐渊逃。十月十日遂置性道于死。俄

清光绪间文廷式家抄本

吕元帅师夔、张元帅荣实将兵自江西来，[illegible]遣逢龙飞往南雄捍御，续发将校刘自立守韶州，逢龙战死于雄，飞回韶，张吕元帅至，自立潜以城降，飞巷战而死，遂屠韶城，以自立为招讨使，十二月朔，[illegible]淇等闻大兵将至，以舶舟遁。方兴未行，委郡人赵若冈等分四隅民兵守御。初五日兴遁，二元帅至城南居民惧如韶之受屠也，俱逃窜入山，若冈焚其室庐，火光亘天，城外民居为之荡尽。初八日，若冈与忠勇军陈勇开小市门降，是夜勇赍招谕榜入城，为营兵所杀。初十日，二帅入城，以若冈知南恩州事。会方兴在南恩海灵山，令人逐若冈去，不得入。是时，郡人张镇孙结集乡兵，于广州海上。二元帅以水道不通，军饷不继，退师。十四年四月，镇孙入城为经略安抚使，有将校卢震者拥众暴横，镇孙杀之，十一月塔出右丞吕元帅刘元帅复入广，镇孙降。十五年正月，平广州城。二月右丞二元帅复退师，以镇孙归于京师，道死于梅岭。三月，宋凌震王道夫入城，震为日制置使。道夫为运使。时宋主正崩，继立。九月震与道夫闻大兵复来，俱遁。十月行省参政李恒、江东宣慰使张弘范开蒙古汉军都元帅府，督师南征。十六年正月，二帅会师。二月克厂山，宋主死，馀见《厂圭圭山事迹》宋亡。三月，震降。道夫亦降。王师凡三入广，广州始平。

属郡　自汉武元鼎六年，平南粤，置南海郡，时为交州部。吴永安七年，始分交州立广州，初领南海，苍梧，郁林，高凉四郡，后增临贺、始安、始兴、三郡元属荆州。临贺，今贺州；始安，今昭州；始兴今韶雄英州。桂林、吴分郁林置桂林郡，　今静江。高兴、吴大帝分合浦高凉县，　立高凉郡，　又立高兴郡，　今高化州。甯浦、又分合浦北部，　立宁浦郡，今横州为十郡。晋永嘉元年，以临贺始兴、始安为湘州，复增晋兴，分郁林立晋兴郡，今邕州。东官、成帝分南海立东官郡，　今循惠。新甯、穆帝分苍梧立新甯郡，　今新州。永平、分苍梧立永平郡，　今藤州。新安哀帝太和中置新安郡，　未详。义安安帝分南海之揭阳县立义安郡，　今潮梅。新会恭帝分南海置新会郡，　今为县。为十五郡。宋省高兴郡，外增宋康、宋置宋安郡，　今连州，　康字当考。绥建、文帝分南海之四会等县，　立绥建郡。海昌、旧有海昌郡，　平陈后废、入电白县，　今高州。宋熙；元嘉十六年以南海之高要县立宋熙郡，为十八郡。齐增宋隆、旧有宁隆郡，　平陈后废，　入高要。甯浦、晋宋已有甯浦不废，　此重载，　当考。齐乐、未详齐熙、齐立齐熙郡，　今融州。齐建、齐立齐安郡，今南恩，　建字当考。为二十三郡。唐至德元年，　升五府经略讨击使为岭南节度使，　领州二十三州，　与、潮、韶、循、康、泷今泷水端、新封春、今阳春勤、开宝五年废，　入阳春罗、今化州石龙县高、恩、雷、崖、琼、振、今吉阳儋，万、安、潘、今高州地滕是也。十年，又以漳潮二州隶岭南经略使，元和元年，复领潘、辨二州今化州地宋潘美平岭南，得州六十，兼邕、桂所隶言也。开宝五年，诏省岭南郡县领州十五，贺州复隶广西，实领韶、潮、梅、循、惠、连、封、新、南恩、南雄、英德、肇庆、德庆凡十四郡。圣朝混一，至元二十七年，大籍户定，广、惠、潮，为中路总管府；肇庆、南雄、韶、德庆为下路总管府；英德、南恩、新、封、循、梅、惠连为散州。后以英德控制山獠要冲，升为路，而连之桂阳县，以诸王投下食邑，得升州。今为路八，州七。属县　县以部言之，不可胜载。今以州所领者疏后。

一万一千九百五卷

前汉县六：番禺　博罗　中宿今清远龙川　四会　揭阳
后汉县七：番禺　博罗　中宿　龙川　四会　揭阳　增城
晋以揭阳为义安郡、以中宿属始兴郡，统县六：番禺　博罗　龙川　四会　增城　平夷
宋以四会为绥建郡，统县十：番禺　博罗　龙川　增城　酉平　熙安　怀化　绥甯　高要　始昌
齐县十三：番禺　博罗　龙川　增城　高要　酉平　绥宁　新罗　揭阳　河源　安远　熙安　怀化按，　隋开皇十年，　以熙安，　怀化入番禺。
隋废始兴郡，以曲江始兴　翁源、乐昌、隶广州，又废[illegible]匡州，以[illegible]含匡涯后避宋讳改[illegible]含光来属，统县十五：南海　宝安即东莞增城　四会　化蒙　曲江　始兴　翁源　乐昌　光　清远　政宾　怀集　义宁　新会
唐以政宾入清远，以四会、化蒙置南绥州，以义宁、新会置冈州，寻废，属广州。统县十三：南海　番禺　东莞　增城　四会　化蒙　怀集　[illegible]存水　清远　[illegible]含光　真阳　义宁　新会南汉分南海、置常康、咸宁二县，复以真阳属英州，宋开宝四年，以　光属连州，五年，以义宁入新会，以　水入怀集，以化蒙入四会，以常康咸宁复为南海。熙宁六年，以四会属端州。绍兴二十二年，始分四县地，置香山，统县八：南海　番禺　东莞　增城　清远　怀集　新会　香山至元十六年收附广州，时荆湖行省兵马先取怀集，遂附贺州，今统司一，县七：录事司　南海　番禺　东莞　增城　清远　新会　香山

南海县

【大明清类天文分野之书】：秦番禺县地，　属南海郡。隋开皇十年，析置南海，属广州。大业初置郡于此，仁寿元年，改属番州。唐属广州。宋开宝四年，仍并番禺县入焉。元为倚郭县。本朝因之。
【图经志】：秦本番禺地，　属南海郡。宋永和六年，分置兴安、怀化二县。隋开皇四年，废兴安、怀化二县入番禺。十年分置南海县，隶广州。唐开成五年，升为紧县，会昌中，升为望县。五代南汉分南海置咸宁、常康二县。宋开宝五年，废常康咸宁二县，并为本县。
【郡县志】：本汉番禺县地，属南海郡，后汉以来因之。隋改为南海县又分置番禺县，寻废入焉。仁寿元年，隶番州。大业初，隶南海郡。唐隶广州，伪汉置咸甯、常康二县。宋开宝五年省入本县。
【寰宇记】：元二十三乡本汉番禺县，属南海郡，分番禺置南海县，先是，广州伪命日，析南海县为常康、咸甯二县，及永丰重合二场。宋平南越，开宝六年并二县二场，依旧为南海县，并废番禺县入。
【舆地广记】：本番禺县地，为南海郡，二世时，南海尉任嚣，召龙川令赵佗谓曰：“番禺负山险阻，南北东西数千里，此亦一州之主，可为国。”佗后遂自立为南越武王。汉末，立交州牧。吴立广州，后改番禺为南海县。隋曰番州。唐曰广州。宋开宝五年，省咸甯、

一万一千九百五卷

常康二县入焉。有罗浮山。

【元一统志】：隋开皇十年，析置南海县属广州。《隋志》南海县下注云：分置番禺县，寻废。大业初，置郡于此。仁寿元年隶番州，先隶南海郡。唐隶广州。南汉置咸甯、常康二县。

【宋九域志】：云：开宝四年废常康咸甯二县，依旧为南海镇。

【寰宇记】：云：仍并番禺县入焉。元因之。番禺县。【大明清类天文分野之书】：秦旧县，故城在今西南二里、其地有番禺二山故名，属南

海郡。汉三国，晋，宋，齐并因之。隋开皇十年，改置南海县。长安三年，于江南洲上别置番禺县。宋开宝五年，并番禺入南海。皇佑五年，复置与南海分治郭下。元仍其旧。本朝因之。

【图经志】：秦地有番禺二山，属南海郡。前汉始立番禺县。隋开皇十年，分置南海县。长安三年，于江南洲上别置番禺县。宋开宝五年，并番禺入南海。皇佑三年，分南海番禺两县。

【舆地广记】：秦汉旧县。后改为南海。隋平陈，分南海置，寻省入，后复置，与南海分治郭下。有番禺山，尉陀葬于此。

【南海志】：下县。县有番禺二山，因以为名，互见清远县二禺山，属南海郡。汉以来因之，《宋志》云，汉立番禺县，故两汉志，及晋宋齐志，南海郡下，并有番禺县。隋开皇十年，改置南海县，即今县是也。长安三年，于江南洲上别置番禺县，取旧名也，其洲周回约八十里。唐因之，分治郭下。宋开宝五年，并番禺入南海。皇佑三年，一作五年分南海为番禺，以五乡为籍焉。县治旧在洲之东一里紫泥巷。熙宁二年经略王靖度地东北徙建，今因之。

东莞县

【大明清类天文分野之书】：汉南海县。晋成帝咸和六年，置宝安县，属东莞郡。

隋开皇十年，省郡，以县属广州。唐至德二年，改宝安为东莞。宋开宝五年，省入增城县。六年复置。元仍其旧。本朝因之。

【图经志】：秦，地属南海郡。三国吴甘露二年，始置司盐都尉于其地。晋咸和六年，立东莞郡，领县六，宝安其一也。义熙九年，立义安郡。隋开皇十年，废郡，以县隶广州，复为宝安。唐至德二年，更名东莞。宋开宝五年，并增城入本县，六年，复分立增城。

【寰宇记】：东南水路三百二十里，无陆路，元七乡。按《南越志》云，水东流入海，帆道三日至东莞。汉顺帝时，属南海县地。吴孙皓以甘露元年，置始兴郡，以其地置司盐都尉。晋立东莞郡。隋为宝安县。唐至德二年，改为东莞县。

【南海志】：中县。本汉南海郡地。吴甘露三年，始置司盐都尉。晋成帝咸和六年，立东莞郡。领县六：宝安、安德、兴宁、海丰、海安、欣乐是也。晋安帝义熙九年，分立义安

清光绪间文廷式家抄本

郡。宋齐又云，东官太守治宝安县。而《南齐志》亦云：东官郡有宝安，而治怀安。是晋宋齐皆尝于其地置郡明矣。《元和志》又言：隋开皇十年，废郡，以县隶广州。然隋犹以宝安名县。详见《寰宇记》。李唐至德三年更名东莞。宋开宝五年，省入增城，六年复置。今因之。

一万一千九百六卷

永乐大典卷之一万一千九百六　十八养

清光绪间文廷式家抄本

广　广州府二

新会县

【大明清类天文分野书】：汉南海县地。晋分南海立新会郡。宋齐并因之。隋开皇十年置新会县，属冈州。大业初，州罢。唐武德四年，以义宁新会二县复置冈州。开元二十三年，州罢。以新会、义甯属广州。宋元并仍其旧。本朝因之

【图经志】：秦，地属南海郡。晋恭帝时，立新会郡，分南海地。隋郡废。开皇十年置新会县，属冈州。十三年改亢州，又改冈州，寻废。唐武德四年，以义甯、新会置冈州。正观十三年州废，寻复旧。开元二十三年并义甯为新会县，属广州。

【寰宇记】：东北水路三百三十里，无陆路，元四乡。汉南海郡地。晋新会郡。隋改置封州。又改亢州。又为冈州。隋末并入广州。唐武德四年复置刚州。旧治盆光城。贞观十三年，废冈州。县属广州。其年复置州于今所，开皇二十三年废冈州，县属广州，其年复置州于今所。开皇二十三年州废，县入广州，遂移县于废州城，前临大海，后枕群山。

【元一统志】：本汉南海县地。《晋志云》：恭帝分南海立新会郡。《宋志》云：晋恭帝元熙二年分南海立新会。宋齐志有新会郡，而无新会县。《元和志》云：隋开皇十年置新会县，属冈州。王象之《舆地纪胜》云：意其郡虽置于晋，而县则置于隋耳。《隋志》云：旧置新会县，平陈，郡废。又并孟台、永昌、新建，熙潭、化召、怀集六县，入为封州。十二年改为允州。后改为冈州。大业州废，封乐县入焉。《唐志》：武德四年，以义甯、新会二县置冈州新会郡。贞观十三年州废，以新会、义甯属广州，是年复以二县置冈州。开元二十三年州废，以新会、义甯属广州。宋因之，元不改。

增城县

【大明清类天文分野书】：汉以番禺县地析置此县，因昆仑山有阆风增城，故名。属南

海郡。晋宋齐并因之。隋初置东莞郡，后罢。宋开宝五年罢县，六年复置。元仍其旧。本朝因之。
【图经志】：秦本番禺地，属南海郡。后汉建安六年始置增城县，县命名以昆仑山有阆风增城，又云地有增江。宋开宝五年，废县，入东莞。六年复立本县。【舆地广记】：汉番禺县地，吴置。及晋，属南海郡。成帝分立东官郡。宋以后因之。
隋平陈，郡废，属广州。唐因之，有猊山增水。
【南海志】：中县。本汉番禺地。后汉建安六年置，故后汉志南海郡下有增城县。晋宋齐因之。然《宋志》虽有东莞郡，云咸和六年分南海县立，乃治宝安县，非治增城县也。《隋志》增城县下注云：《旧志》东莞县，平陈废。然不明言置于何时。《寰宇记》云：至黄武中于此置东莞郡而立增城县。王东阳《舆地纪胜》辩云：增城已见《东汉志》，非立于吴也。或云县之命名，以昆仑山有阆风增城故名。亦谓有增江云。宋开宝五年废增城县，六年复置，今因之香山县
【大明清类天文分野书】：宋本东莞县香山镇，元丰五年升为县。元仍其旧。本朝因之。
【图经志】：秦地属南海郡。宋本东莞县香山镇。绍兴二十二年始置县。【元一统志】：本东莞县香山镇。宋元丰五年，转运判官徐九思请建为县。《宋会要》云：绍兴二十二年又升为县，不同。恐建请于元丰，而创置于绍兴耳。不然则元丰创县，中间复废，至绍兴而复置，二者弗同。《新图经》云：元丰徐九思请建为县，止置寨官一员。绍兴二年东莞县姚孝资请州闻于朝创立县也。

清远县

【大明清类天文分野书】：汉中宿县，地属南海郡。三国吴属始兴郡。晋因之。梁于此置清远郡。中宿县属之。隋开皇十年郡罢，置清远县，属广州。唐武德六年，省正宾县入焉。宋元并仍其旧。本朝因之。
【图经志】：秦地属南海郡。前汉立中宿县。三国吴隶始兴郡。梁以县隶清远郡，郡即今韶州翁源县地。隋开皇十年废清远郡为翁源县，别置清远县属广州。唐武德六年并政宾县入本县。
【舆地广记】：属南海郡。晋宋属始兴郡。后立清远郡，平陈郡废，
置清远县，属广州。唐因之。
【南海志】：　下县。本汉中宿县。以地有中宿峡故名。属南海郡，吴晋并隶始兴，故《晋志》始兴郡下有中宿县。梁改为清远郡，中宿县属之。隋开皇十年，废郡置清远县，属广州。唐武德六年，省政宾县入焉，今县有政宾乡。宋因之，今仍旧。

一万一千九百六卷

连州自此以下，二府二州，一十一县，属广东布政司

【大明清类天文分野书】：亲领县二：旧一，新一，入连山 阳山、旧属、桂阳州。《禹贡》翼轸之分。周春秋战国并属楚。秦属长沙郡。汉高帝五年，分长沙南境置桂阳郡，桂阳、阳山、二县属焉。东汉省阳山入氵匡涯。三国吴甘露元年，分桂阳郡之半，立始兴郡，属广州。晋析氵含氵匡复置阳山县，属始兴郡。宋明帝改始兴为广州，县仍属焉。齐复旧名。梁天监五年，分始兴置阳山郡，县属之。隋开皇十年郡罢，置连州。大业初置熙平郡。唐武德四年复改为连州，属潭州总管府，天宝元年更名连山郡，寻属岭南道。乾元元年复为连州，属湖南道。大历三年属广州。五代初属湖南，后属南汉。宋开宝三年，以连州领桂阳、连山、阳山三县，属广南路。至道中属广东路。元至元十三年置安抚司，十七年罢安抚司，升为连州路总管府属湖南道宣慰司，大德四年降为散州，属英德路。

本朝洪武二年革连州，十四年复置，属广州府。

【舆地纪胜】：连州（中）连山郡军事，《九域志》，《禹贡》荆州之域。《皇朝郡县志》，翼轸之分野。《图经》。春秋时楚地。《通典》。秦为长沙郡之南境。《元和郡县志》及《通典》同。西汉有桂阳郡。而桂阳、阳山以县属焉。《西汉志》有桂阳、阳山二县。《东汉志》有桂阳而无阳山县。《元和郡县志》云：阳山县，东汉省。吴分桂阳置始兴郡，又属始兴。

《晋志云》，吴置始兴郡，统县七，有桂阳及阳山二县。《元和郡县志》云：阳山县，东汉省，晋重置。宋明帝置宋安郡，后省宋安。《通典》，属广兴郡。《通典》云： 宋改始兴为广兴郡。齐复属始兴郡。《通典》云：齐复曰始兴郡。而《南齐志》，始兴郡有桂阳、阳山二县。梁武帝分置阳山郡，《寰宇记》天监五年。隋平陈，郡废置连州，因黄连岭以为名。《元和郡县志》，在开皇十年。炀帝改熙平郡。《隋志》熙平郡下注云： 梁置阳山郡， 平陈， 郡废。大业初， 置熙平郡， 有桂阳、阳山、连山三县。唐平萧铣复置连州。《寰宇记》，在武德四年。改连山郡。《唐志》云： 本熙平郡， 天宝元年更名连山郡。复为连州，乾元元年。先是郡属江南道，《十道记》云： 在正观中。继属岭南道，《十道记》云： 在开元天宝中。后属湖南道，《十道记》云： 在乾元中。后又属广州。大历三年，五代时，初属湖南马氏，《通鉴》：马殷陷连州， 在昭宗元化三年， 及马氏之衰，南汉略定桂、连等郡，始尽有岭南。《通鉴》后周太祖广顺元年。南汉将吴怀恩攻桂州， 略定宜连梧严富昭柳象龚等州， 南汉尽有岭南之地。宋平岭南地归版图。《九朝通略》：开宝三年， 潘美克贺州、昭州， 下桂州， 又下连州。刘[illegible]长喜曰： 四川本属湖南， 北师取之是也矣。其不复南， 其愚如此。仍隶广南路，《皇朝郡县志》。分隶广南东路，至道以后分广南为东西路， 而连州隶广东路。今领县三，治桂阳。

【湟川志】：连之郡境，脉络湘湖，襟带交广。隋为熙平郡，犹领九县。封之开建、贺之桂岭、皆属焉。唐改连州，止领三县，疆理始狭于古云。其地在《禹贡》隶荆州，在春秋属楚地，秦置郡桂阳，在长沙郡之南境。两汉为桂阳郡。三国六朝或属始兴，或属广兴，

清光绪间文廷式家抄本

壤制靡定。宋高祖世始析桂阳为小桂郡。梁天监中分置阳山郡。隋大业中改置熙平郡，领桂阳、阳山、连山、宣乐、游乐、熙平、武化、桂岭、开建，为县凡九。唐武德四年平萧铣。改为连州。天宝元年改为连山郡。乾元元年复为连州，领县三：桂阳、阳山、连山。在正观属江南道，在开元天宝属岭南道。乾元复属湖南。大历三年属广东。唐末疆宇割裂，马殷称楚据湖南，刘龚又名陟称南汉，据岭表。是时连为南楚所有。后刘晟陟之子继立，攻桂馆取连州又隶于广。宋开宝三年，王师平之，仍为连州，属广东。要之，连以山制名，地介楚粤之间。刘宾客《与刺史厅壁记》所谓与番禺相犬牙，与长沙同祖习是已。按星分与古制当属楚，以湟水东南入于海，遂属粤，今仍之。

阳山县

【大明清类天文分野书】：汉本旧县，东汉省入含光县。晋复析置阳山县，属始兴郡。宋齐并因之。梁天监六年置阳山郡，县属焉。隋属熙平郡。唐属连州，移治水北。宋仍其旧。元至元十九年，割属贵阳州。本朝洪武元年，属桂阳州。二年革桂阳州，属韶州府。十四改属连州。

【图经志】：秦始建小邑曰阳山、连山。晋属广州。宋分郴州之桂阳为小桂郡。梁大同开以桂阳郡为阳山郡。天监开领含光县属西衡州。唐始改为连州。宋升为连州军。元改为连州路，领桂阳、连山、阳山三县。至元壬午改为州，后升桂阳县为州，由是连山属连州，阳山属桂阳州。本朝洪武元年，仍设连州，桂阳州。二年革去。仍为阳山、连山二县。三年革连山，并为阳山一县。

【考究湟川图志】：谨按，阳山天下之穷处，陆有邱陵之阻，虎豹之虞；水有惊滩之险，舟楫之虑；民言鸟舌，欲杂獠，自秦罢侯置守，设立郡县，所谓阳山、连山小邑皆为桂阳所属。然其境界乎湘广之间，湟水合流而东，故以湟川名郡，但不得其详。至汉武帝时，南粤伏溪峒南蛮，俱阻声教，乃命伏波将军路博德由此道往征之，今有伏波路将军庙存焉。晋宋以来，纪载无闻。唐之兴也，改为连州。考诸太守刘禹锡《厅壁记》云：郡与荆州同星分，汉制所谓与番禺相犬牙，是也。贞观十七年，韩愈谪为阳山令，作别知赋。《朱文公考异》注云：其连州乃郴州之属邑，末年为马殷所据。南汉刘晟攻取之。宋平湖南，升为连州军，名宦多谪于此。唐有韩愈，宋有张浚，后其子南轩先生亦至焉。至元丁丑属广东道宣慰司都元帅府。至治壬午，始升桂阳县为桂阳州，割连州户计三千隶焉。由是连州与桂阳州始各分治。至于季年兵起，官民避匿，无所统摄。天朝混一，开复州县，设置衙门，招集良民复还旧业。洪武元年，仍设桂阳州、连州，统属阳山连山二县，直隶江西省。洪武二年钦奉圣旨，革去连州、桂阳州，止设阳山、连山二县，拨属韶州府。后洪武三年又裁革连山县，总治于阳山县。当年十月内拨属广州府官民始得两便焉。《舆地纪胜》：在州东南一百四十七里。《元和郡县志》云：本汉旧县，为南越置关之邑。其故关在县西北四十里茂溪口。《史记》：尉佗移檄阳山关曰：盗兵且至，急绝聚兵自守。今阳山北当

骑山岭路，秦于此立阳山关。汉破南越以为县，后汉省，晋重置，在注水南。梁天监六年置阳山郡，以县属焉。隋开皇十年属连州，神龙元年移于注水北。即今理县也。

连山县

【大明清类天文分野书】：汉本桂阳县地。梁武帝分桂阳西北界置广德县、属阳山郡。隋开皇十年改为广泽，仁寿元年又改连山，治归义里。唐属连州，神龙元年徙治武昌乡程山之下。宋淳佑六年又徙治吉皇神冈，元因之。本朝洪武元年属连州，二年革连州，属韶州府。三年义革连山县。十四年复置，属连州。

【湟川志】：连山县本桂阳地，属桂阳郡。梁武帝分西北界置广德县。开皇十年改为广泽县。仁寿元年避炀帝之名改为连山县，属熙平郡。唐属连州，县治本在归义里，神龙元年移置县东武昌乡程山下。景灵元年移置县西四十步，宋因之。嘉定元年后移程山前。厥后吏民以岚瘴不便，淳佑六年郡侯孙叔谐因采众议，移县治于上吉里神岗爽垲之地，取归义里旧基为近。详见郡博士刘处记。

星分野

【图经志】《前汉地理志》云：本府粤地，牵牛婺女之分野也。今苍梧，郁林，合浦，九真，日南，南海，皆粤分。《后汉郡国志》云：自斗十一度，至婺女七度，一名须女，曰星纪之次。于辰在丑，谓之赤奋若，为吴越分野。《晋天文志》，《隋地理志》同。《唐天文志》云：初南斗九度，徐千秒，太中南斗二十四度，终女四度。自庐江南涉越门，迄苍梧，南海，逾岭表，自韶广以西，珠崖以东，为星纪之分。《唐地理志》云：韶广康端封梧藤罗雷崖东为星纪之分。康，今德庆州，隶肇庆府；端，兮肇庆府；封，今封川县，隶肇庆府；梧今梧州，隶广西；藤，隶广西；罗，今化县；雷，今雷州府；崖，今崖州。

【南海志】：若以律为黄钟，斗建在子，今吴越分野。《晋天文志》云：自南斗十二度，至须女七度为星纪。于辰在丑，吴越之分野，属扬州。《隋地理志》云：自南斗十二度，至须女七度为星纪，于辰在丑，吴越得其分野。唐一行禅师《分楚图》云：自韶广康封藤罗雷州南及珠崖，自北以东为星纪。杜佑《通典》云：于南越西在天文牵牛婺女，则越之分野。韩文公《送窦平序》云：逾瓯闽而南皆百越之地，于天文其次星纪，其星牵牛。

连州

【湟川志】：连，古楚地。当为翼轸之墟。今隶广左，又粤地也，当在牛女之分。按刘宾客《壁记》，此郡天文与荆州同星分，壤制与番禺相犬牙，今属广，但以境跨番禺，而湟流入于南海耳。此以地理言也。若考之天文，实楚州分野，其星翼轸，夫奚疑？
骆金人《怀乡诗》云：翼轸西南占一星。

道　　里

【图经志】：本府东至惠州府博罗县界地名罗浮山，一百五十里。自界首到惠州府一百零五里，共二百五十五里。惠州府博罗县界地名凤凰冈一百一十五里，自界首转东南到惠州府一百三十五里，共二百五十里。西至本府鸡笼山界一百五十里，自界首到肇庆府九十里，共二百四十里。南至肇庆府阳江县地名冲金村界五百一十里，外抵海洋，难定里数。北至韶州府英德县黎峒界三百零五里，自界首到韶州府三百七十五里，共六百八十里。东南至本府番禺县地名相对冈海五十五里，自相对冈到本府东莞县虎头门山一百三十里，共一百八十五里，外抵海洋，难定里数。
西南至肇庆府界地名南津水口一百七十里，自界首到肇庆府二百五十里，共四百二十里。
西北至本府南海县界地名军都山二百里，自界首到肇庆府四会县六十里，共二百六十里。
东北至韶州府界英德县三百三十里，自界首到韶州府三百里，共六百三十里。
【郡县志】：州境　东西五百三十里，南北五百九十里。四至八到。东京四千七百里东至惠州府三百一十五里，西至肇庆府二百四十里。南至南恩州七百五十里。北至英州四百二十里东南至海四十一里。西南至肇庆府四百三十五里。东北至鸡窠山一百三十三里，重山无路。西北至肇庆府九百里。
【寰宇记】：北至东京四千里。西北至西京四千四百里。西北至长安五千二百五十里。东至循州水路沿溯相兼四百里，陆路三百六十里。正西微北至端州沿溯相兼二百四十里。南至恩州五百里。北至韶州八百里。东北至韶州五百三十里。　东南至大海四十一里。西南至恩州水路六百里。西北水路沿溯至连州八百九十里。又西北取古？存水县路至贺州八百七十六里。
【南海志】：秦开南越新道，由北徂南入越，必道岭峤，时有五处，按《通典》云：一塞上岭，今南康郡大庾岭是也；二骑田岭，今桂阳郡服岭是也；三都庞岭，今道州江华县永明岭是也；四　渚岭，今江华界白芒岭是也；五越岭，今始安郡北零陵临源岭是也。此秦人戍守之道也。汉武伐越，以伏波将军出桂阳，下湟水；楼船将军出豫章，下临浦，戈船下濑将军出零陵，或下漓水，或抵苍梧；发夜郎兵下㞗羊㞗可江，咸会番禺。盖汉人讨击之道也。若夫游旅之往来，负贩之转输，穹官显人之南辕，则自陵江下浈水者，由韶州为北路；自始安下漓水者，由封州为西路；自循阳下龙川，自朝阳历海丰者，皆由惠州为东路；其自连州下湟水，则为西伯路。舟行陆走，咸至州而辐辏焉。有张文献公九龄《凿开大庾岭序》，余襄公靖《韶州真水馆记》，林运使安宅《修湖惠下路驿记》，掇其大略，附注于

一万一千九百六卷

后。张序曰： 初岭东废路， 人苦峻极。开元四载， 俾左拾遗张九龄相其山谷之宜， 革其坂险之故。役匪逾时， 则已坦坦而方九轨， 阗阗而走四通。 余记曰： 凡广东西之通道有三， 出零陵下[illegible]离水者， 由桂州出豫章下真水者由韶州出桂阳下武水者亦由韶州之峤南者， 虽三道， 而下真水者十七八焉。林记曰： 予将漕东广， 至潮问途， 父老曰： 直北而西由梅及循， 谓之上路； 南自潮阳历惠， 谓之下路。俱八百馀里。上路冈岭险峻，瘴疠袭人； 下路坦夷， 烟岚稀远， 人喜由之。

州境 至燕京水程八千三百七十五里。 至龙兴路水程三千二百七十五里。 至建康路水程四千九百六十五里。 四至东至惠州路界地名罗浮山一百五十里。 西至肇庆路界鸡笼山一百五十里。 南至南恩州界冲金村五百一十里。 北至英德路界黎峒三百五里。 八到东到惠州路城二百五十里。 西到肇庆路城二百四十里。 南到南恩州城七百五十里，北到英德城三百七十五里。 东南到大海五十五里， 西南到肇庆路城四百二十里。 东北到英德路鸡窠山三百三十里。 西北到肇庆路程九百里。

【元一统志】：广州路里至。 本路西北至上都七千里， 西北至大都六千二百里。 录事司里至与本路同。

南海县

【图经志】： 东至本县界地名米布市街一里，自界首至本府番禺县一里共二里。 西至本县东涌山一百八十里，自界首到本府新会县七十里，共二百五十里。肇庆府高要县界地名鸡笼山一百五十里，到高要县九十里，共二百四十里。肇庆府四会县界地名基塘村一百二十五里，到四会县七十九里，共二百零四里。南至本县界桂华坊木棉村一十二里，自界首转东北到本府番禺县一十二里，共二十四里。新会县古劳里一百五十二里，自界首到本府新会县一百二十里，共二百七十二里。北至本县界地名巴由迳一百八十三里，自界首到本府清远县一百一十七里，共三百里。东南至本府番禺县界城外地名小市门一里，自界首到本府番禺县二里，共三里。西南至本府新会县界地名古劳里一百六十里，自界首到本府新会县一百三十里，共二百九十里。四会县地名南津水口一百七十里，到肇庆并高要县二百五十里，共四百二十里。西北至本县地名军都山二百里，自界首到四会县六十里，共二百六十里。本府清远县界地名白土铺二百一十里，自界首到清远县九十里，共三百里。东北至本府番禺县城三里，自界首到番禺县二里，共计五里。

【南海志】： 四至 东至番禺县东城二里。西至四会高要二县界地名矶塘村一百二十五里。南至新会县界地名古劳里一百五十二里。 北至清远县界地名巴由一百八十三里。 八到 东到番禺县即本路城二里。西到四会县治二百四里。南到新会县治二百二十五里。北到清远县治三百里。东北到番禺县城及录事司五里。东南到新会县治二百九十里。 西北到清远县

治三百里。西南到番禺县城及录事司三里。
【元一统志】：忘西北至上都七千里。西北至大都六千二百里。

番禺县

【图经志】： 东至本府增城县界地名大蒲村七十五里。自界首到增城县一百七十五里，共二百五十里。 西至本府南海县界地名米市街一里，自界首到本府南海县一里，共二里。南至本府香山县界地名黄旗角大海二百一十里，自界首到香山县七十里，共二百八十里。北至本府清远县界地名象岭二百一十里，自界首到清远县九十里，共三百里。东南至本府东莞县界地名归化里一百七十里，自界首到东莞县一百三十里，共三百里。西南至本县城二里，自界首到本府南海县三里，共五里。本府南海县界桂华坊木棉村一十二里，自界首转北到南海县一十一里，共二十四里。 西北至本县界城外地名小市门二里，自界首到本府南海县一里，共三里。本府清远县地名新添铺二百一十里，自界首到清远县九十里，共三百里。 东北至本府增城县界白木村一百二十里，自界首到增城县一百一十里，共二百三十里。

【南海志】：东到东莞县二百五十里。 西到南海县治二里。 南到新会县治二百五十里。 北到清远县治三百里。 东北到增城县一百七十里。 东南到东莞县治二百五十里。西北到清远县治三百里。 西南到香山县治二百八十里。

【元一统志】：西北至上都七千里， 西北至大都六千二百里。

东莞县

【图经志】：东至惠州府归善县地名崖山一百五十里，自界首到归善县一百零五里，共二百五十五里。 西至本府香山县界麻涌村一百里，自界首到香山县一百五十里。共二百五十里。 南至大海洋，难定里数。 北至本府增城县石碣村六十里，自界首到增城县一百里，共一百六十里。 东南至本县地名林村大步三百一十里，外抵大洋，难定里数。 西南至本府香山县地名黄旗角八十里，自界首到香山县七十里，共一百五十里， 西北至本县界梁家村一百五十里。自界首到本府增城县一百里，共二百五十里。本县界地名归化里一百三十里，自界首到本府番禺县一百七十里，共二百里。 东北至本县地名湖石村七十里，自界到博罗县九十里，共一百六十里。惠州归善县界地名梧桐山一百四十里，自界首到惠州府并归善县一百七十里，共三百一十里。

【南海志】：东到惠州路城二百里。 西到香山县治二百里。 南到大洋，难定里数。北到增城县治一百里。 东北到博罗县治一百六十里。 西北到番禺县城三百里。 东南到大洋，难定里数。 西南到香山县治三百里。

【元一统志】：西北至上都七千三百里。 西北至大都六千五百里，东北至本路三百里。

清光绪间文廷式家抄本

新会县

【图经志】：东至本府南海县界地名东涌山七十里，自界首到南海县一百八十里，共二百五十里。本县潮阳里三十里，自界首到本府香山县一百二十里，共一百五十里。　西至阳江县界地名琅村三百里，自界首到阳江县三百四十六里。肇庆府新兴县界北双一百里，自界首到新兴县二百七十里，共三百七十里。　南至本府香山县界地名梅角村一百一十里，自界首转东至香山县一百里，共二百一十里。　北至本县古劳里一百二十里，自界首到南海县一百五十二里，共二百七十二里。　东南至本府香山县界地名沙尾村一百里，自界首到香山县五十里，共一百五十里。　西南至本县地名冲金村二百里，外抵大洋。　西北至肇庆府新兴苍步水界一百一十里，自界首到新兴县一百二十里，共二百三十里。本县界古劳山一百二十里，自界首到肇庆府并高要县一百八十里，共三百里。　东北至本县古劳里一百三十里，自界首到本府南海县一百六十里，共二百九十里。本县界潮阳里五十里，自界首到本府香山县二百八十里，共三百三十里。

【南海志】：西至新州界北双一百里。　北至南海县界河清坊八十里。　东到南海县治二百五十里。　西到南恩州城四百里。　南到香山县治二百一十里。　北到南海县二百九十里。　东北到南海县治二百里。　东南到香山县治二百一十里。　西北到肇庆路城三百里。西南到新州城二百一十里。

【元一统志】：西北至上都七千三百里。　西北至大都六千五百里。　东北至本路二百九十里。　北至南海县一百九十里。　东北到南海县二百九十里。

增城县

【图经志】：东至惠州府河源县界地名鹁鸠迳三百里，自界首到河源县一百三十里，共四百三十里。本县地名增城水口界三十里，自界首到博罗县九十五里，共计一百二十五里。西至本县界地名大蒲村一百七十五里，自界首到本府番禺县七十五里，共二百五十里。　南至本县界地名石碣村一百里，自界首到本府东莞县六十里，共一百六十里。　北至本县地名上建村界二百五十里，自界首到韶州府翁源县三百里，共五百五十里。　东南至惠州府博罗县界地名凤凰冈三十里，自界首到惠州府博罗县一百零三里，共一百三十三里。东莞县界地名梁家村一百里，自界首到东莞县一百五十里，共二百五十里。　西南至本县界地名白木村一百一十里，自界首到本府番禺县一百二十里，共二百三十里。　西北至本府清远县界地名观音山二百四十五里，自界首到清远县一百五十时，共四百里。　东北至河源县界地名茅冈村二百二十里，自界首到河源县一百三十五里，共三百五十五里。

【南海志】：东至博罗县界角子山三十里。　西至番禺县界长吉二百二十里。　南至东莞县界海洋一百里。　北至清远县朱案四百里。　东到博罗县治一百七十里。　西到番禺县城二百五十里。　南到东莞县治一百五十里。　北到英德路城五百五十里。　东北到河源

县治四百五十里。　东南到东莞县治一百五十里。　西北到清远县治四百里。　西南到番禺县城二百三十里。
【元一统志】：西北至上都七千三百里。　西北至大都六五百里。　西北至本路二百五十里，
香山县【图经志】：东至本县界麻涌村一百五十里。　西至北府新会县界地名潮阳里一百二十里，自界首到本府东莞县一百里，共二百五十里自界首到新会县三十里，共一百五十里。本县界梅角村一百里，自界首转北到本府新会县一百一十里，共二百一十里。　南至大海洋，难定里数。　北至本县地名黄旗角大海七十里，自界首到本府番禺县二百一十里，共二百八十里。　东南至大虞山海洋，难定里数。　西南至本府新会县界地名潮阳里二百八十里，自界首到新会县五十里，共三百三十里。　西北至本县界地名沙尾村五十里，自界首到本府新会县一百里，共一百五十里。　东北至本县界黄旗角七十里，自界首到本府东莞县八十里，共一百五十里。
【南海志】：东至乐莞县界大洋一百五十里。　西至新会县界潮阳里一百里，　南至大洋，难定里数。　北至番禺南海两县界地名三角山二百二十里。　东到东莞县治水路二百五十里。　西到新会县治水路一百五十里。　南到南蕃大洋，难定里数。　北到番禺南海县治水路二百二十里。　东南到大虞山九星洋水路三百里。　西南到新会县潮阳里水路二百八十里。　东北到东莞县治水路一百五十里。　西北到浮虚海及新会县治水路一百五十里。
【元一统志】：西北至上都七千三百里。　西北至大都六千五百里。　西北至本路水路三百里。　北到番禺县二百九十里。

清远县

【图经志】：东至本县观音山界一百七十里，自界首到翁源县一百五十里，共三百二十里。本县界观音山一百五十里，自界首转西北到韶州府英德县九十里，共二百四十里。　西至本县地名金鸡迳界八十里，自界首到肇庆府四会县一百里，共一百八十里。南至本县界地名象岭九十里，自界首到本府番禺县二百一十里，共三百里。南海县巴由迳一百一十七里，自界首到南海县一百八十三里，共三百里。　北至阳山县界正宾乡二百里，自界首到阳山县一百六十里，共三百六十里。本县黎峒界七十五里，自界首到英德县一百五十里，共二百二十五里。　东南至本县界地名观音山一百五十五里，自界首到增城县二百四十五里，共四百里。本县界白土铺九十里，自界首到本府番禺县二百一十里，共三百里。　西南至本县地名黄坑村分界岭界九十里，自界首到肇庆府四会县一百里，共一百九十里。本县地名灯笼坑界七十五里，自界首转西南到肇庆府四会县四十五里，共一百二十里，肇庆府一百七十五里，共二百五十里。　西北至本县梅花迳一百五十里，自界首到阳山县一百六十五里，共三百一十五里。　东北至本县罗塘村界九十里，自界首到韶州府英德县一百里，共一百九十里。本县吉河里界一百七十里，自界首到韶州府翁源县一百五十里，共三百二十里。
【南海志】：东至增城县界杨梅里一百五十里。　西至四会县上元乡七十里。　南至南海县胥江七十五里。　北至桂阳州阳山县界政宾乡二百里。　东到增城县治二百五

一万一千九百六卷

十里。　西到四会县治四十里。　南到南海县治三百里。　北到番禺南海县治三百里，　东北到[illegible]光县一百六十里。　西北到番禺南海县治三百里。　东南到番禺县城二百五十里。　西南到番禺县城三百里。

【元一统志】：西北至上都六千八百二十里。　西北至大都六千二十里。　西南至本路一百八十里。　西到四会县七十里。　西南到番禺县二十里。

连州

【湟川志】：州境　东南二百九十五里。　西北二百五十七里。　至到　东郴州高平县二百一十里。　西贺州二百六十九里。　南广州水路通英德府怀集县。八百九十里。　北桂[illegible]含阳军蓝山县二百五里。又至临武县二百三十里。东南韶州水路至英德光县。五百一十里。　西南封州六百里。　东北度岭郴州三百九十里。　西北道州五百七十里。

【郡县志】：东京三千四百八十九里。　西南到封州六百里。

【寰宇志】：西北至西京三千四百五里。　西北至长安三千六百五十里

【九域志】：东至本州界一百七十里，自界首至韶州三百四十里。　西至本州界一百二十五里，自界首至贺州一百四十四里。　南至本州界一百一十里，自界首至广州七百八十里。北至本州界一百四十七里，自界首至桂阳监五十八里。　东南至本州界八十七里，自界首至韶州四百二十三里。　西南至本州界六十里，自界首至封州五百四十里。　东北至本州界七十六里，自界首至郴州三百一十四里。　西北至本州界一百里，自界首至道州四百七十里。

【元一统志】：本州北至上都五千五百五里。　北至大都四千七百五里。　东至桂阳州小东门桥界一里。　西至道州路江华县界西岭八十里。　南至怀集县界黄连山二百八十二里。　北至桂阳路临武县界雷鸣水八十里。　东到桂阳州三里。　西到贺州三百二十里。南到封州六百里。　北到蓝山县[illegible]百四十里。　东南到广州府九百六十里。　东北到乐昌县五百二十里。　西南到贺州桂岭二百三十里。　西北到道州路三百七十里

阳山县

【图经志】：东至本县邝家铺界二百一[illegible]里，自界首到韶州府四百五[illegible]里，共六百六[illegible]里；韶州府英德县一百五十里，共三百六十里。　西至湖广道州府江华县地名西岭九十里，自界首到江华县二百四十五里，共三百三十五里。　南至本县界正宾乡一百六十里，自界首到本府清远县二百里，共三百六十里。　北至桂阳府临武县地名凉伞水一百二十五里，自界首到临武县一十五里，共一百四十里。　东南至本府清远县界梅花迳一百六十五里，自界首到清远县一百五十里，共三百一十五里。　西南至平乐府贺州界地名崖鹰觜一百四十里，自界首到贺州一百五十里，共二百九十里。　西北到桂阳府蓝山县地名分水鸭一百二

十里，自界首到蓝山县八十里，共二百里。　东北至本县梅花迳界一百里，自界首到韶州府英德县一百五十里，共二百五十里。郴州府宜章县地名峰头岭一百二十里，自界首到宜章县一百一十里，共二百三十里。　本县邝家铺界二百零十里，自界首到韶州府乳源县二百九十里，共五百里。

【考究湟川图志】：县境　东至英德县地名蕉江界二百三十里。　南至怀集县地名分涧岭二百二十里。　东到英德县治三百六十里。　西到华江县三百三十五里，南到怀集县治三百里。　北到临武县治一百四十里。　东北到宜章县志二百三十里。　东南到清远县治三百一十五里。　西南到贺州二百九十里。　西北到蓝山县治二百里，　道里夫县治道里，考之东抵英德，西通江华，南连怀集，北接蓝山，多有商贩往来，是以四方莫不通焉。

【湟川志】：县境　县在东南一百四十七里。　东西一百七十里二百二十步。　南北二百四十里一百六十步。　东至英州沧光县界七十五里，以石岭为界，自界至含光县，两县相去一百二十五里。　西至桂阳县界七十八里，以槎潭为界，自界至桂阳县，两县相去一百五十六里八十步。　南至广州怀集县界一百二十九里，以马丁山为界，两县相去二百七十四里。　北至桂阳县界一百五里一百六十步，以储母冈为界，两县相去一百四十六里，二百步。　东南到清远县一百二十里，以自带山为界，两县相去一百七十三里。　东北到韶州曲江县界一百四十九里，以杉木岭为界，两县相去二百四十九里四十步。　西南到连山县界八十五里，以铜沙山为界，两县相去一百七十二里。　西北到桂阳县界六十里，以黄金计为界，两县相去一百四十里。

【元一统志】：西至本州一百一十七里。　东至乐昌县黄岭界二百七十里。　西至桂阳县紫山遥界。　南至含光县五山遥界七十里。　北至宜章县奔山界一百二十里。　东至韶州路五百二十里。　西到桂阳县一百一十七里。　南到开建县四百一十里。　北到宜章县一百七十里。　东北到乐昌县五百二十里。　西南到怀集县三百八十里。　东南到清远县五百二十里。

连山县

【湟川志】：县境本县在州西一百五里。　东西一百八十里。　南北二百四十里。　东至桂阳县界四十五里，以分水岭为界，至桂阳县六十里。　西至贺州桂岭县界八十里，以竹溪渡为界，自界至桂岭县三十里。　南至广州怀集县界一百二十里，以废地铺为界，自界至怀集县六十里。　北至道州江华县一百二十里，以杉子铺为界，自界至江华县三十里。东南到桂阳县界乡八十里，以板岭为界，到桂阳县一百里。　西南到广州怀集县一百二十里，以上率铺为界，自界到怀集县九十五里。　东北到桂阳县四十五里，以上叶为界，自界到桂阳县六十里。　西北到贺州桂岭县界一百二十里，以草水为界，自界至桂岭县一百二十里。

【元一统志】：东北至上都五千六百一十里。　东北至大都四千八百一十里。　东北至本

州一百五里。　东至本州上平铺界七十里。　西至江华县界西岭八十里。　南至怀集县界一百九十里。　北至本州大鹏山八十里。　东到本州一百五里。　西到江华县一百八十里。南到怀集县一百九十里。　北到蓝山县二百十五里。　东南到开建县四百五十里。　东北到临武县二百二十五里。　西南到桂岭县一百二十五里。　西北到宁远县一百八十五里。

城　　池

本府【图经志】：广州赵佗城古迹在州之东。宋庆历四年，经略使魏筑子城。时城圮坏，方议修筑，霖雨颓城，角得古砖，《志》云：委于鬼工，由是兴版筑，周五里，东西南为瓮城门三，曰镇南，曰行春，曰有年。熙甯二年，转运使王靖因赵佗古城旧址，于子城之东筑东城，周四里，为门三，曰迎薰，曰拱辰，曰震东。四年，经略使程师孟于子城之西，增筑西城，周十有二里，一百八十步，为门九，曰朝天，曰朝宗，曰威远，曰和丰，曰善利，曰金肃，曰素波，曰杭海，曰冲霄。是为三城。三城计二十二里一百八十步，周围二千七百五丈七尺五寸。嘉定四年，经略使陈岘于城东南西南，筑两翅临海，以卫城南。居民曰雁翅城。城上各有楼，城外环以濠。东自平海门由海道入，环绕至城西金肃门外通出海道。其外又有东西两澳，由城内达诸海，以通漕运，以泄渠脉，其东为清水濠，西为南濠。雁翅今废，圣朝洪武元年修治一新。洪武十年冬，都指挥使许良，奏准三城宜合为一，为门八，曰正南，曰归德，金肃，　中和，　顺天，　威远，　正东，　定海。　谯楼在布政司南，即宋清海军门也。禺山旧址下有双门。　南濠在越楼下古西澳也，纳城中三渠水，外通于海，设水门加闸其上，启闭有时，舟楫由此出入。宋景德间，经略答高绅所辟。后之官于南海者每加开浚，今闸仍在，不通舟楫。越楼亦废。　清水濠旧在行春门外，古东澳也。穴城而通于海，今废。别于新盐司前开暗渠，通水出城。

【南海志】：有州郡，则有城池，所以御外侮也。州之东旧有赵佗城古迹，颓垣废垒。而余襄公诗云：千载犹存古越城者，即其地也。熙甯初即州东之古城遗址筑东城焉，广袤四里，高二丈四尺。是为三城，为门十有七。观其东扁曰“番禺都会”，其西扁曰“南海胜观”，登楼一览，海山之胜，具在目前，亦一城壮观也。后天兵下南，平夷城壁，楼橹雉堞，一切荡除，以后因之，不复修治。赫赫皇威，肃清海岱，崇墉仡仡，天堑截然，凛乎其不可犯也！今记城壕旧迹其门桥古渠之类并附焉。　子城，庆历四年经略魏筑也，周环五里，雉碟三百，竣事，迁议大夫因任。皇佑四年侬寇抵大通港，望城壁而悔，留五十三日不得逞而去，朝廷以有备，除集贤院学士，再知广州，复环城浚池，筑东西南瓮城门三。　东城熙甯初经略吕居简，得郡治之东古城遗址，始谋增筑，会移荥阳，朝京师，上其事，诏转运使王靖成之。袤四里，壕其

清光绪间文廷式家抄本

外，为门三。　西城　熙甯四年，经略程谏议师孟筑，周十有三里一百八十步，高二丈四尺，为门九。旧三城有楼橹，共一千八百九十二间，岁久不全。及陈岘重建敌楼三百四十七间，阅岁既深，风雨摧剥，尺椽片瓦无存者。绍定二年，经略方校书淙仍于旧址，并刃团楼七十五座，炮台四间，城门雉堞，皆一新之。　雁翅城　嘉定三年，经略陈中书岘以州城之南为一• 门贵，无所捍蔽，创筑东城，长九十丈，为门一。西城长五十丈，敌楼共二十三间。　三城历年久，楼橹倾侧，砖石脱剥。端平乙未，经略鼓宝章铉，会僚属戎将经度之。明年四月闻于朝，六月报可，七月朔兴役，凡八阅月，修外城三千三百有六丈，女头四千四百九十三。修子城六百三十有三丈，女头九百一十七。新瓮城门十有四，门屋敌楼九十有七。嘉熙丁酉春二月告成，以馀钱万五千缗附郡之赡军质库，岁与郡分十三之息，以备整葺。均定界至，使摧锋水军，勇敢忠勇，东南将每仲月四九阅武之日，正将率部伍登城，各视其界，治草秽，补损阙。存本州窑务，陆续造砖，以备整葺，为虑远矣。开庆已未，广右绎骚谢经略子强，大修城壁，为豫备计，敌楼覆以瓦，皆易以砖；石城外筑羊马墙，高六尺许；雁翅城下隙壤，植以木栅，翼而至海，备不虞也。至元十四年十二月，塔出元帅吕元帅师夔，会泉福舟师取广州，广帅张镇孙以城降。十五年正月八日元帅下令夷其城隍，惟子城及两雁翅无恙。详见《取广州始末》。濠三城临海，旧无内濠每。飓风至，则害舟楫。大中祥符间，邵旷知广州，始凿内濠以通舟楫州人便之。庆历间，魏再知广州，环城浚池，熙甯初，王靖成东城，复壕其外。嘉定三年，经略陈岘重浚，长一千六百丈，东西置闸二。濠之两傍皆民居，岁久淤壤湮塞。开庆己未，谢经略子强，大兴工役，广斥至二十丈，深三丈馀，东西坝头高• 以石，费缗钱二十万，米硕四万，钱以产敷，夫随乡调，不人扰而事集。复自蒲涧景泰山导泉水西入于音攵音攵丰，　丰水又西至悟性寺之左，筑堰涿者之，深二丈许，以浸州后之平地，有习坎重险之象，南开小窦，溢则泄之于濠，近年决其堤纳水于濠，遂以其故地为南田属之官。　南濠　在越楼下，限以闸门，与潮上下，古西澳也。景德间，经略高绅所辟，纳城中诸渠水以达于海，维舟于是者，无风涛恐，且以备火灾。淳熙二年，经略周自强浚之。岁久复堙。嘉定二年，陈经略岘重开，自外江通舟楫以达于市，旁翼以石栏。自越楼至闸门，长一百丈，阔十丈。自闸至海，长七十五丈。绍定三年，经略方淙浚之。宝佑元年，李经略迪，复自擢甲巷开浚至闸口，又加深焉。德佑元年，经略徐直谅又浚之。至元二十八年，行柜密院副使广东道宣慰使阿里又浚焉　清水濠　在行春门外，穴城而达诸海，古东澳也。濠长二百有四丈，岁久堙壅。嘉定二年经略陈岘重浚。　门　双门，榜清海军。元符间，柯经略述建。规模视广古尤壮，风雨震凌，栋宇欹挠，公家惮费，不复改作，淳佑四年，经略方宝学大琮撤而新之，授匠以式，筑室广十丈四尺，深四丈四尺，高二丈三尺，皆• 以石，覆以砖。虚其东西二间为双门，而楼其上者七间，旁为两翅，东通亲效营，西为团结军。前则“ 颁春”“ 宣诏”二亭，规模宏壮，中州未见其比。工役繁浩，逾年乃成，费出于官，工募于市，民甚乐之，争持缗钱牛酒以劳役者。讫事，会木石砖瓦与工费糜钱二万七千缗。江东提刑刘克庄为记，今扁广东道。　镇南门。　子城之南门也。旧名镇安，嘉熙元年，经略彭铉新其门，改今名。　行春门　子城之东门。　有年门　子城之西门。　旧名朝天，经略彭铉改西成，淳佑六年，经略方太琮扁今名。　冲霄门　在子城之东南隅，州学之直，绍兴二十七年，经略苏简辟，旧名步云，经略潘公时改今名。　迎薰门，在东城之南。拱辰门　在东城之北。　震东门在东城之东。　航海门　在西城之东南。　素波门　在城西之南，盐仓街之直。　朝宗门

一万一千九百六卷

在西城之南。　善利门　在西成之南。　阜财门　在西城之南。　金肃门　在西城之西。和丰门　在西城之西。　旧名丰乐，淳佑六年，经略方大琮扁今名。威远门　在西城之北。朝天门　在西城之北，旧名就日，淳佑六年，经略方大琮扁今名。　平海门　在东雁翅城。

连　　州

【湟川志】：城濠，《周官》以城郭沟池为掌固之职。春秋畚筑板干为备患之谋。谨固封守侯屏事也。连之城池，素号壮伟，宋元徽间，司徒邓阿鲁授本州刺史，实经始焉。旧城三角，岁久辄圮，城复于皇。本朝皇• 四年，侬獠肆螫，邕城不守，二广怀然，忧形宵旰，至临遣帅臣以荡平之。事已变休，益重南顾，乃诏二广悉城，郡将窦形奉宣惟谨，恢旧址而新之，溪山襟带，楼橹森严，幕客向宗道记详焉。自是以来，修旧于元佑，葺理于绍兴，增筑于宝庆。鸠工加多，雉堞益壮。城之周围四里二百六十步，覆以廊屋六百三十有一架，西瞰湟流，其三隅皆长濠环绕，深不容厉。绍兴乾道间，冠至不能入。设险形胜，甲于左广。仪门之外，横跨子城，置谯楼焉。南门西偏于城角为亭，俯瞰江流，环簇峰秀，扁云画不如，取刘宾客诗：“ 惟有千山画不如”之句也。郡北城之上有楼，旧扁“望云” ，康定间， 太守林概有《望云楼赋》，熙甯中，社侯靖国易名“ 都景”，元佑六年，徐侯常复望云旧名，有记。楼之后荣，下瞰北潮，田涛弥望，扁曰“ 观稼” 。楼前因城为月台。城之门旧有五，耆老目为龟形，曰熙仁，曰化俗，曰熙平，曰熙安，曰临湟。乾道间，杨侯景雄以临湟一门濒江，废塞以杜水患。绍定间，邦人请于郡，复门焉。寻又闭塞，今门存而不辟。外罗城门五。详关津类

阳山县

【湟川图】：志本县旧连州城一所，荒址颓废，尚有民居一十馀家，城壕俱已荒废，东西南旧城门三处。

番禺县

【元一统志】：州城　按《元和郡县志》云：步骘所筑也，骘为交州刺史，登台远望，乃曰新城海岛膏腴之壤，宜为郡邑，遂迁州番禺，建筑城郭焉。　东城，　皇佑中魏　知广州，得郡治东，古城东遗址筑之，袤四里。　西城，　熙甯程师孟筑，周十馀里。

井

录事司

【南海志】：月井，旧在转运司主管厅侧，月华楼下。月出照映井底，水脉不竭，与日井相望。　绿净丹井，　《古图经》云：绿净堂旧名濯鲜堂，今奉贞观，曾运使噩招方士云集，盖取葛仙炼丹药洲之义，因以丹井名。

南海县

【图经志】：罗汉井。在光孝寺西廊。寺有诃子，取此水煎汤最宜。【南海志】：越井，名天井，又名越台冈井，或名赵佗井。《番禺杂记》云：伪刘呼为玉龙泉，唯以供己，禁民无得汲，由此井数步而南井曰通泉，刘龚所凿。刘龚始据南越者，今北二井莫知所存。昔有坠酒杯于越井者，后于石门得之，故陈江总诗云：“ 石门通越井”。又鲍仙姑行炙南海云：吾有越井冈艾。唐崔炜得之。又唐崔子向有诗云：“ 越井冈头松柏老，越王台上生秋草。”越井久废，莫考其迹，或云在越台山凸处。　日井，在城外千佛寺侧，太阳生东，照映井下，因名。今废。《元一统志》云：井在州治野渡北。

星泉井，在金肃门外绣衣坊，凿井之始，井中见星故名。《舆地纪胜》，在金肃门外直街。

时有光若星，故名。　珊瑚井，详见浮邱山。　双井。《古图经》云：在南海县西，中夹官路，其味次于达磨泉，负久堙塞。

【郡县志】：万岁井，在县东北四里，都督刘巨麟置。　千秋井，在县东，按《南越志》云：赵佗于此穿井，冰深山峻，民不能及。后刘巨麟于此凿井，人皆利之。于上置千秋亭，因名之。

番禺县

【南海志】：孙公井二，在州北教场内。元丰八年，孙龙图颀凿之，故名。　安期炼丹井，在碧虚观前。《番禺记》云：数十年不汲，其味常甘。煎茶浸果，有金石气。今存一石井栏在三清殿前。栏八方，上刻八卦。　鲍姑井，鲍姑即葛雅川妻也。《古图经》云：尝行炙于南海，唐崔炜遇之。仙姑曰：吾善炙赘疣，今有越井冈艾少许奉子意。越井即鲍

一万一千九百六卷

姑井也。唐子西有诗云：“ 废台賬女后，遗井鲍姑时。”图志不指言其地。《纪》云，景泰寺碧虚观多有题，未知孰是。《元一统志》姑，即葛洪妻也。井在弥陀寺。

增城县

【南海志】：泉子井，在县南三十五里，泉涌地中，清甘可掬，灌溉尤博。旧有亭名醒心。绍熙三年，权县许伯凤更创，改名广济。　云母井，何仙姑炼云母所汲也。详见会仙观。

新会县

龙井，【郡县志】：在县西二里，有冈近于万寿寺之侧，其冈有穴水极深，俗谓之龙窟。

【南海志】：瓦窑井，在县西北半里，泉清而味甘，与达摩泉相类，谭家井次之。

谭家井，在县西半里。

桥　　梁

本府。　花桥，在远华楼下。　开明桥，旧名止戈，在金肃门外。　起敬桥，在金肃门外一里。　致喜桥，在行春门外。　王孙桥，在拱辰门外。　东高桥，在平海门外。西高桥，在善利门外。　文溪桥，在龙头市。

【元一统志】：紫芝桥，在泮塘中路，元有亭，产灵芝，因名。

南海县

【图经志】：太平桥，在城西厢古濠口。　彩虹桥，在中和门外，去城三里。《南海志》云：在同戈船澳。　果桥，　跨南濠。　为政桥，　在金肃门外。《南海志》云：旧名通津，在和丰门外。鼎安桥，　在中和门外。《南海志》云：　旧名威远，　在威远门外。　拱北桥，　在顺天门外，《南海志》云：　旧名就日，　在朝天门外。

番禺县

【图经志】：春风桥，在药州池。《南海志》云：在石洲北，　宾日桥，在正东门外，　远来桥，在正南门外。　济川桥，在归德门外。

清光绪间文廷式家抄本

东莞县

【图经志】：德安桥在县西。　新桥，在水北岸。　德生桥，在县南，　平定桥，在县西。　拱辰桥，在县北。　思泮桥，在县东。

新会县

【图经志】：韩家桥，在县东。　通津桥，在县西。　龙溪桥，在县西。

增城县

【图经志】：相思桥，在县南。　仙鲤桥，在县西南。

香山县

【图经志】：天黄桥，在良字里。　东亭桥，在县郭东。　南亭桥，在县郭南。

连　州

【湟川志】：南桥，在熙平门外，跨长濠，以木为之，广一文，长五文，高二丈。　步莲桥，在熙仁门外，跨长濠，以木为之，广一丈，长五丈，高一丈八尺。　化俗门外桥，跨长濠，规模兴前二桥称而加长。　通汇桥，在子城门内。按《汉书》元鼎五年，路博德为伏波将军，讨南粤，出桂阳，下湟水，一作汇水。然则桥下之梁，所以疏泻池沼之隘，而通之于汇者也。其址• 石，其亭雕楣，其起废之岁，则绍熙初，赵侯彦恂始之，陈侯晔成之也。　通庄桥，在城外通衢之中，桥下之流，乃育德泉支派，自谏议坊出会于江，建置规模，一与通汇同。而扁微异者，汇以水名，庄以衢名也。《尔雅》：六达谓之庄，九达
谓之逵。　泮水桥，高跨莲池，以木为之，广一丈，长五丈。端平丙申，郡侯留元长鼎
建。　浮桥，旧在龙津门外，白马祠前，今废。　湖光桥，在此山海阳湖上，　山始元水部　次
自春陵来游，凿湖潴。水光浮面，作桥水石之间，一望平掌。历年既久，泥土填叠，湖不
如曩时之广，而桥亦隘也。　通济桥，州南五里莲花潭上，石• ，桥下之流，

自旧钱监
出，下注深潭，通广州路。　三桥，在流沙，距朝天门十里，其水为奉化之支流，石势参
差，凡三跨而后达岸，故曰三桥。
通阳邑　石陂桥，在清水津外三里，石• ，上流为三桥水，下流注于深坑，路通湖
南。　深坑桥，在北津外数步，石• ，通湖路。　新土桥，在北津外三里，石• ，通湖南
路。　风溪桥，在下卢，石角木架，通湖南路。　安济桥，在西岸市，石脚跨下卢，水通
湖南路。　会福桥，当永福嘉福三里之衢，石• ，通达山路。　内洞桥，距龙津一里，石
板，通同官场及连山县路。　安福高文门桥，距城南二十里，石　，通同官场路。　金水

桥，在龙口，石版，张紫岩曾游，问桥名，览水势曰：“ 水自庚辛来，故为此名也” 。路通连山县及贺州。　水口桥，在星子市，木架，跨奉化水，通湖南路。
【舆地纪胜】：双溪桥。湖光桥。并见杜扦留题诗。

阳山县

【图经志】：天泽桥，在县西街。　水南桥，在县南隔江。　步莲桥，在县西北。

本　府

【图经志】：古渠。　六脉：草行头至大市街，通古渠，出南濠为一脉；净慧寺街至观巷擢巷蕃塔街古渠，出南濠为一脉；光孝街至诗书街，通官禄巷古渠，出南濠为一脉；大钧市至盐仓街，及小市，至盐步门通城外六渠为一脉；子城内水出府学府泮池出城外，为一脉；都卫春风桥下通药洲池出盐步门，为一脉；　水闸在东、西雁翅城口。嘉定二年，经略陈岘创。绍定二年，因旧址增筑，两岸石• ，各长二十馀丈，今废。

阳山县

【湟川图志】：渠在县治横街，自东至西，通流五里，至大江。

清光绪间文廷式家抄本

关　　津

【图经志】：凡舟楫通济处谓之津渡。

南海县渡：瓦窑，丹龟，金利，奇石，张槎，龙江，炭步，白石冈，西南，鲤水，麻奢，沙坑，横江，区村，山根，青石，马宁，江尾，兰石，深村，橄榄，大湾，罗村，石窟，古灶，沙具，宁口，西岸，官窑，灵洲，佛山仁寿，洗屈岸，牛眠，三江，胥江，蒋岸，叠[氵窖]，流潮，石头岸，南津沙窖，丰江，分界，上[氵窖]，葛岸，江尾，白塔，何村，东村，榕洲，罗格，甘竹，山南白坎，大沙，白鹭洲。

【南海志】：长河渡，新会，肇庆，山南，四会，横岸，横水渡，和顺，横冈，禾步骆村，河清郎凿，大江，藤涌兰石，平地，洗村，木铎，下黎，冯赤口，何村，鹿子洲子。

番禺县渡

【图经志】：河南，猎德，黄家山，石井，土爪，蓼，三八相对冈，白泥涌，大石，大山，新造，石勒，苏家，江村。

【南海志】：东莞，南岸，惠州，石湾，大宁，沙亭，扶南，茶园，佛山，靖康，官山，窑头，玉[月丰]湖，新村横渡，蒌渡，老鸦湖，水南北头，[虫雷]冈，西湖横渡，沙河，硖石，横[氵窖]，三元江，茶园，三曹，新妇岗横渡，古料，园头，吉洲头，石碣，古镇，延家租，[角力]竹，企石，[忄占]冈，大石头。

东莞县渡

【图经志】：铁冈，绿兰，水南，鼓镇，石碣，虫家租。

增城县渡

【图经志】：增江，沙河。

清光绪间文廷式家抄本

香山县渡

【图经志】：周围皆海，不设关津渡。

清远县渡

【图经志】：小市，　横石，　滟江，　古港。

新会县渡

【元一统志】：龙眼渡。

连　　州

【湟川志】：关　罗城五门：　济川门，在城西隅，　出上下西津；　龙津门，在城西南隅，路出西津；涟漪门，在城南隅，路出洋湄津；　朝天门，在城东隅，路出清水津及南津；　兴贤门，在北隅，路出北津。　津　清水津，路出奉化乡，通阳山县、韶州、广州。　每月关子钱一贯五百六十文省，一年共钱一十八贯七百二十文省。　洋湄津，路出同官乡，通广州怀集县。　每月关子钱一贯三百文省，一年共钱一十五贯六百文省，又渡钱每月一贯八百五十文省，一年共钱二十二贯二百文省。　南津，水路通阳山县、英德府、韶州、广州。　每月关子钱七百八十文省，一年共钱九贯三百六十文省。　上西津，路出高良及下卢乡，通蓝山县，每月关子钱二贯三百四十文省。一年共钱二十八贯八十文省，又渡钱五贯五百文省，一年共钱六十六贯文省。　下西津，路出高良同官銮首乡，连县，通封州贺州，每月关子钱二贯二百七十五文省，一年共收钱二十七贯三百文省，又渡钱每月钱一十一贯文省，一年共收钱一百三十二贯文省。　北津，路通辅国上下卢乡，通湖南一路。　瓦窑津，路出辅国乡前，与北津大路会合，　二津每月共关子钱三贯一百八十五文省，一年共钱三十八贯二百二十文省，又渡钱每月八贯四文省，一年共钱九十六

一万一千九百六卷

贯四十八文省。　大云津，路出上卢乡，通蓝县。　每月关子钱一贯五百六十文省，一年共钱一十八贯七百二十文省。又渡钱每月钱一贯八百文省一年共钱二十一贯六百文省。

【舆地纪胜】：采莲渡，见杜留诗。

阳山县渡

【图经志】：地南津。

北　　津

【湟川志】：北门，西南。

坊　　里

【南海志】：录事司西城十九坊。归附后，以魁星入耆德，福星入联桂坊。　东南隅　联桂，　文信，　望仙，　衣锦。　西南隅　德星，　中和，　亲仁，　贵德。　东北隅　桂华，　青云。　西北隅　会通，　画锦，　耆德

南海县

【图经志】：坊：　东隅　高桂坊，　甘棠，　西隅，　金肃，　亲仁，　中和，　达德，　南隅　贵德，　德星，　德新。　北隅　礼义。　中隅　通济，　镇宁，　进士。　城西厢　扬仁，　绣衣，　青紫。　城北厢　双井街，　大历，　泌冲，　盐步，　沙丸大涌，　黄竹岐，　扶南，　平地，　梯云木铎，　山南，　人通，　龙头，　龙津，　葛岸，　登洲，　容洲，　桂华，　虫雷冈，　夏冲窖，　佛山，　平州，　魁冈，　石

清光绪间文廷式家抄本

耿， 深村， 甘溪， 林岳， 白鹭，桂林， 叠氵窖， 新良马村， 都粘西雍， 平步， 骆村， 绿步， 大榄， 丰湖， 苏山， 金紫， 杨梅， 高丰， 南 ， 南岸， 胥江， 紫泥， 乌泥， 郭塘， 擢桂， 华甯， 恩州西山， 桃子坑， 白石冈， 上丰冈， 黄冈， 麻奢， 草场， 大圃， 上涌， 上围， 西隆下丰冈， 绿潭， 丰宁， 大富荣， 沙堤， 丰华， 张槎， 大江， 土才户户， 兴贤， 甘榄， 白藤， 云步， 福岸， 龙渚， 光华， 昌教， 马宁， 江尾， 甘竹， 北水， 古粉， 逢简， 鼎新， 容奇， 古楼， 大良， 黄连， 小 ， 黎村， 桂州， 伦教， 江村， 涌鹤， 石涌， 羊额， 溪， 鳌头， 吉利， 登俊， 云津大沙， 上百氵窖， 龙山， 龙江， 水藤， 伏隆， 简村， 金瓯， 沙头， 先村， 大同， 九江， 河清， 镇涌， 海洲， 丹桂， 龙津。 里：平地， 龙山， 黄连， 兴贤， 佛山， 鼎安， 高丰， 马宁， 泌冲， 苏山， 深村， 吉利， 吉佑， 桂洲， 山南， 金瓯， 擢桂， 福缘， 福岸， 魁冈， 黄鼎， 大良， 伦教， 桂林， 西淋， 冲鹤， 登俊， 张槎， 桂华， 光华， 仁寿， 梯云， 河清， 扶胥。

附　　郭

【南海志】：城西十二坊，城北三坊，归附后更易不一。今属附郭里，又有六乡十七里，今析为三十五里。各里以坊之大者为名。 城西厢 丛桂， 仙桂， 泰亨， 德义， 由义， 和平， 泰和， 太平， 阳春。 城北厢 弦歌， 登云， 朝天。

附郭里： 江村里， 仁宁里， 盐步里， 江尾里， 大圃里， 扶南里， 吉利乡， 归仁里， 永业里， 龙原里， 归政里， 万善里， 先天里， 府郭里， 长兴里， 长宁里， 上下里， 保义里， 和顺乡， 龙眼里， 孝义里， 宾兴乡， 长宁乡， 保池里， 观光里， 思仁里， 政顺乡， 林岳里， 顺义里， 丰衍里， 永通镇。

番禺县

【图经志】：东南隅 联桂坊， 高桂， 状元， 寿甯， 泰通。 东北隅 仁寿， 青云， 桂华， 文信， 和同。 东城厢 五仙， 十贤， 崇道， 仁和， 里仁， 海阳里， 阜丰里， 周南， 甯仁， 永保， 务本， 慕德， 永泰， 甯乐。

【南海志】：子城三坊，今以五仙入十贤。城南八坊，今以鼎魁、登俊入寿宁，仁

清光绪间文廷式家抄本

寿入泰通， 擢桂入东城，八坊更易不一，初无定名。 子城厢 兴贤。 城南厢 状元， 世科， 泰通， 鼎魁， 登俊， 擢桂， 东城厢， 道爱， 宾日， 拱辰， 高明， 先春， 振文， 吉和， 上下桂林乡， 永保乡， 慕德乡， 依仁乡， 上德里， 甯乐里， 流溪里， 沙溪里。

【元一统志】：惠风里， 瑞石镇， 平石镇， 慕德镇， 大水镇， 石门镇， 白田镇， 扶胥镇

东莞县里

【图经志】：文顺上， 文顺下， 延福， 归城， 归化， 恩德， 第一都至二十七都。

新会县

【图经志】：童溪乡， 宣化坊， 源清坊，礼义坊属县郭里。 县郭里， 归德里，中乐里， 华萼里， 古劳里旧名纯德， 童阳乡， 怀仁里， 遵明里， 石碑里， 古博里， 平康里， 新化里， 永宁乡， 潮居里， 潮阳里， 泷水里， 登明里， 常乐乡， 德行里， 文章里。

【南海志】：永宁乡， 常乐乡， 德行上下里， 文章上下里，旧名章涌

【元一统志】：昆仑乡，清明里 寿宁乡里。

增城县

【图经志】：开元乡， 庆福里， 金牛里， 崇贤里， 杨梅里， 长沙乡， 平康里， 西林里， 松柏里，今并作西林里。 绥宁乡，合兰上里， 合兰下里， 绥宁里，清湖里， 甘泉里， 归仁乡， 云母里， 绥福里。

【元一统志】：长吉里， 清明上里， 清明下里。

香山县

里【图经志】：县郭良字， 得能， 四字， 大字， 恭常， 鞠字， 大小榄，古海， 黄旗， 潮居黄良， 龙眼恭常。

【南海志】：文顺乡， 延福里， 皇字围， 四字围， 大字围， 五常字围， 恭字围， 良字围， 得能字围， 永乐乡， 永甯乡， 谭洲黄旗角， 大小榄， 海洲。

清远县

清光绪间文廷式家抄本

里【图经志】：高平乡，　兴仁里，　清平里，　善化里，　慈训乡，　靖定里，　[illegible]江里，　吉河里，　太平里，　池水里，　永乐里。

【元一统志】：上元乡，　政宾乡。

连　州

坊【湟川志】：郡志之南，通衢抵南津，衢之左右径路，各有坊扁。　弼教坊，谯门外数十步左畔，路入司理厅，取尚书明于五刑之义。　忠报坊，弼教坊对，数步路出湟水池。　折桂坊，通衢之左，路出化俗门，旧郡学右内，取李白诗欲折月中桂之义。联壁坊，通衢之路入司户厅，二厅并立，取潘安仁，夏侯湛。同舆接茵之义。以上并子城内。　崇儒坊，与济川门对立，路入郡学，端平丙申，郡侯留元长鼎建，示崇重吾道也。升俊坊，距外花亭数步，通衢之左，路入旧郡学，即令之贡闱也，取王制司徒升之学曰俊士之义。　和丰坊，通衢之左，路径与升俊合旧名朱紫，梁权郡价更今名，以左右列十数米铺义，取时和岁丰也。　登云坊，龙津门内，路通江滨，端平乙未郡侯留元长鼎建，所以旌郡人陈东之擢进士第也。　积善坊，市西左手，径路通北山。常德坊，距积善数步，衢之左右各有径，左由税务侧，与积善坊径相合右通江。　擢秀坊，衢右，通胡家田洋湄津，五十年前，此坊文物颇盛，如胡如邵各有书社，皆一时之秀洋湄又出张神童，五马光临。
榆增重，擢秀之名。以此得之。近民坊，衢左，路出北山前，距桂阳县治才数步权郡留元崇鼎[并刃]，取县令治民为最近之义。桂华坊，衢径皆通，三径自熙仁门出至北津路。衣锦坊，出熙仁门，过步莲桥左手径通北湖。黄朝请尚贤解组归乡，邦人荣之，以此得名。　太平坊，与衣锦坊对峙，通大市。　里仁坊，在衢之右，距太平坊数十步，径通大市。　北山巷口，左松关，右东华坊，自化俗门出，过清都观岳宫城隍诸庙觉宗寺前，会于通衢，出桂阳县前路。孝感坊，觉宗寺左，淳熙间，张道真刺胁剖肝以疗母疾，俄而无恙，事闻当路累有褒嘉，后权郡楼[乍番]为立坊额以旌之。　嘉庆坊，径通摧锋寨后。谏议坊，径通升俊坊，及常德坊，大谏邵公晔常居此。　嘉鱼坊，径通水泉头，传云，丞相张公寓连日，作书院于坊之左，有石如鱼，名因此立。

【元一统志】：上卢乡，　下卢乡，　高良半乡。

阳山县

坊【图经志】：宣化，　显仁，　和义，　紫严，　画锦，　诗书，　登云，　升俊，宣教，　朝天，　遵道，　崇教。

里　东南，　钦南，　永福，　常岁，　尊合，　朱莺，　迁义，　东奉，　儒归，

一万一千九百六卷

三乐， 双西， 义长， 四长， 浦上， 浦下， 仁内， 论富， 真阳， 富春， 徭山。
【湟川志】：本县所管三乡共里一十二。 奉唐乡，在县东管里四： 进贤里， 安乐里， 茂阳里， 万安里。 通儒乡，在县南管里五： 新定里， 登科上里， 登科下里， 方墙里， 正平里。 归善乡，在县北，管里三： 柏陵里， 桃川里， 石门里。连山县， 三乡七里。 遵教乡： 遵教里， 白石里。 武昌乡： 宜善里， 上吉里， 归义里。 文昌乡： 白沙里， 春峒里。

镇

阳山县

【湟川志】：县镇，在县南二十步，今废。 清泷镇，在县东三十五步，今废。 桐台镇，在县三十步，今废。 右县务，元在县，壬辰年间，移置清泷村，遂废阳山镇。本州岁差小使臣一员并职吏收税。后于戊午年，清泷钞客刘元礼经漕台陈状，不应离县四十五里收税，准榜帖行下住罢。四月内，仍就县前收税。癸酉年内准省部备客人所陈，行下住罢。连山县 连山镇，且城内

墟　　市

南海县

【图经志】：西南， 胥江， 张槎， 兰石， 三山， 官窑， 白冈， 大小榄，

一万一千九百六卷

大历， 扶南， 海舟， 李村， 奇石， 沙头， 九江， 古水， 盐步， 小桥，
大良金斗， 容奇小洲， 白藤江尾， 上丰岗江边。

番禺县

车陂， 横沙， 蓼涌三八， 大龙， 傍冈， 江村。

东莞县

宝潭， 田心， 土瓜， 马溪头， 南头市，

增城县

神冈， 瓦窑， 石滩

陂　　塘

增城县石陂

【郡县志】：在县东北五里，四面方阔，其中有水，分流而下成瀑布，古老相傅云为杯池，葛洪炼药之处。

南海县

【南海志】：泮塘，在郡西六里，耆旧相传伪刘时花坞，一水环绕林幽邃。 活龙塘俗呼掘龙塘，在三角市，郡人祷雨于此，旧创雷坛，今废。